

زندگی پس از آب، وابستگی زیادی به غذا دارد. بسیاری از کارآفرینان در پی ایده‌های نو برای کسب و کارند که البته ساده نیست. هرچند افزایش جمعیت و درخواست بیشتر برای گونه‌های خوراکی، بنجار زمینه کنش‌گیری در این زمینه را فراهم می‌آورد. وابستگی داشتن درآمد از راه صنعت غذا این است که درباره تولید بهداشتی، شیوه‌های سلامت غذایی و نگهداری درست خوراکی‌ها دانش بسنده داشت.

کار نانواایی، به دو گونه می‌تواند انجام

شود. یکی این که مغازه کوچکی اجاره کرد و نان خود را فروخت؛ یا که بدون فروشگاه، یک تولیدی بزرگ نشان ایجاد کرد و به گونه‌ای انبوه در شهر پخش کرد. نان از سودآورترین ایده‌های کسب و کار صنایع غذایی است که می‌توان با برنامهریزی مناسب آن را راهاندازی کرد.

اما در این میان، در گیلان تولید گونه‌های نان برنجی نه صنعتی بلکه خانگی رایج است و منبزه روززار – مدیر کارگاه تولیدی نان برنجی تمیجان می‌گوید: «درست است که ما روستایی هستیم اما برنج نبودن مورد نیاز خود را یک کیلویی بیش از ۷هزار تومان می‌خریم؛ برنج مصری ما از گونه‌هایش، رضاجو و صدری

منبزه روزدار – مدیر کارگاه تولیدی نان برنجی تمیجان: درست است که ما برنج را خیلی خوب پاک می‌کنیم و می‌شویم و خاک و گل‌اش را می‌گیریم و خمیر می‌کنیم که سنگ‌ریزه و ناخالصی نداشته باشد و کمی زعفران برای خوشگرنگ‌شدن می‌افزایم. از آرد برنج بازار استفاده نمی‌کنیم و برنج را خودمان می‌ساییم که مرغوب باشد.»

«در کان به نان‌های محلی گیلان و پلاس‌نان می‌گویند، ما نسان مستی برنجی (سفید) و تمیجان(برشته و نرم) و گشت‌خلفه(خلفه) تولید می‌کنیم بدون مواد نگهدارنده و شکر؛ مردم می‌توانند نان تمیجان را به جای بیسکویت میل کنند. بیشتر نان‌های شیرینی‌شان از خود برنج است. بسیاری نان تمیجان را به نام نان زرمیی می‌شناسند و استفاده می‌کنند.»

نان تمیجان یا نان روی ساج پخت شود اما دیگر نان‌ها نیز به ساج نثارند و روی صفحه برنجی، فلی، سنگ و کتوب(تابه) قابل پخت است. در قدیم نان تمیجان را بدون دستگه و با دست درست می‌کردند ولی اینک همه کارها خودکار شده است. در قدیم ساج‌هیزم نش، درست می‌ی‌کرد که طعم دود و هیزم به خود

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده شرکت تعاونی مسکن مهر صف گوهر اردبیل در ساعت بعدازظهر روز شنبه‌مورخه ۹۸/۴ در شهرک اندیشه مسکن مهر صف گوهر اردبیل تشکیل و از کلیه اعضای شرکت دعوت به عمل می‌آید جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در جلسه حضور به هم رسانند و نماینده خود را کتابت نمایند:
دستور جلسه:

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

آگهی مجمع عمومی فوق‌العاده (نوبت دوم)
**جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده شرکت تعاونی مسکن مهر صف گوهر اردبیل در ساعت بعدازظهر روز شنبه‌مورخه ۹۸/۴ در شهرک اندیشه مسکن مهر صف گوهر اردبیل تشکیل و از کلیه اعضای شرکت دعوت به عمل می‌آید جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در جلسه حضور به هم رسانند و نماینده خود را کتابت نمایند:
دستور جلسه:**

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

آگهی مجمع عمومی فوق‌العاده (نوبت دوم)
**جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده شرکت تعاونی مسکن مهر صف گوهر اردبیل در ساعت بعدازظهر روز شنبه‌مورخه ۹۸/۴ در شهرک اندیشه مسکن مهر صف گوهر اردبیل تشکیل و از کلیه اعضای شرکت دعوت به عمل می‌آید جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در جلسه حضور به هم رسانند و نماینده خود را کتابت نمایند:
دستور جلسه:**

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

آگهی مجمع عمومی فوق‌العاده (نوبت دوم)
**جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق‌العاده شرکت تعاونی مسکن مهر صف گوهر اردبیل در ساعت بعدازظهر روز شنبه‌مورخه ۹۸/۴ در شهرک اندیشه مسکن مهر صف گوهر اردبیل تشکیل و از کلیه اعضای شرکت دعوت به عمل می‌آید جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در جلسه حضور به هم رسانند و نماینده خود را کتابت نمایند:
دستور جلسه:**

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

درختچه‌های چای، دوباره امید به تولید نان برنجی خانگی برگشت. امروز حتی برخی خانواده‌ها درآمدی مگر نان برنجی خانگی ندارند؛ بسیاری زنان هستند که عمری را پای کوره‌های ساج گذرانده‌اند بی این که به نان و نابی رسیده باشند یا پس‌اندازی داشته باشند یاایمه شده باشند و اکنون بازنشستگی دریافت کنند. تنها چیزی که برایشان مانده، تنی زنجیور و چهره‌ای آتش‌سوخته و ساجی کهنه و کوره‌ای دود گرفته است.

کاظم مرادی می‌گوید: «مردم لنگرود

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

«در شرق گیلان نیز به ویژه در آستانه، نانی به نام خلفه(گشتا) پخت می‌شود که پر از دانه شنبلیله و کلو تیل است و با بویی خوش و گپرا و طعم اشتهاانگیز و دارای پروتئین. آنان که استادند برای این که نان بافت بهتری بیابد، بدون چسب نورد، نان را گسرد و پهن می‌کنند و روی یک سفالی (کچج) می‌پزند. نان لاکو، نانی نارگ و کهپرای و ویژه نوروز است؛ پیش از پخت چونه‌های خمیر نان را کمی در آب جوش می‌پزند.»

می‌پرسم: آیا نان‌های از خارج شده،

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

امروزی داشت که با ورود نان‌های فانتزی غرب، جا را برای آن‌ها خالی کرده است.» «نان غلاج، تیره و سوسوی و سرشار ویتامینB است؛ از ویژگی این نان، پخت طولانی و ماندگاری بالایی آن است و هنوز کسانی که به گذشته وفادارند در گوشه و کنار گیلان و مازندران آن را به شکل خانگی و صنعتی می‌پزند.»

«برو نسام دیگر بربری است به شکل گرد و دارای دانه خشکناخن. امروز نیز برخی بربری‌های شهر، نان خود را به شکل گرد ناخن می‌زنند. نان چوروک، به زیان آذری نان، بیشتر ویژه فومن است و با رومالی از زردچوبه و نشاسته کلو س نان روبهار را رومستایان در تور ستنی خانگی می‌پزند و رویش آمیزهای از شکر سرخ و زیره می‌ریزند. این نان دواژشته و برشته است»

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

۱- تمدید مدت فعالیت شرکت

اگرچه همه نهاده‌ا و ارگان‌ها بر لزوم رونق تولید مسکن به عنوان صنعت پشیران اقتصادی تأکید می‌کنند، اما بررسی‌ها نشان می‌دهد احتمال افزایش ساخت و ساز در سال جاری هم پایین خواهد بود.

به گزارش مهر، با توجه به انتخاب شعار امسال به عنوان سال رونق تولید، کارشناسان اقتصادی و فعالان ساخت و ساز امیدوار هستند موضوع حمایت از تولید انبوه مسکن هم در زمره برنامه‌های حمایتی دولت قرار گیرد به خصوص که بسیاری از کارشناسان معتقدند بخش مسکن به عنوان حوزه‌ای که ۳۳درصد از حجم اقتصاد را در بر می‌گیرد و با ۱۳۴ میلیارد ریاله پیشین و پسین دارد، از ظرفیت بالایی برای تحقق شعار سال ۱۳۹۸ برخوردار است و در حقیقت پشیران اقتصاد کشور محسوب می‌شود.

نا گفته نماند: یکی از حوزه‌هایی که همواره کارشناسان از آن به عنوان بخش پشیران و مولد در اقتصاد نام می‌برند، حوزه مسکن و ساختمان است. بخش مسکن دارای رابطه پیشین با ۷۸بخش اقتصاد و رابطه پسین با ۵۶بخش اقتصادی به ضریب انتشار ۱/۲ است. یعنی به ازای هر یک اشتغال ۱/۲اشتغال غیر مستقیم ایجاد شده است. همچنین سهم مسکن ساختمان در اشتغال مستقیم کشور حدود ۱۲درصد و تعداد اعلان این بخش هم ۲/۱ میلیون نفر هستند.

بخش مسکن حدود ۲۳درصد از حجم اقتصاد کشور را در بر می‌گیرد که نقشی اساسی در تولید ناخالص داخلی محسوب می‌شود. به همین جهت برای دستیابی به معیارهای توسعه پایدار در این بخش ضمن این‌که باید شاخص‌های کیفیت در آن مورد توجه قرار گیرد، تعادل‌بخشی در آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ تعادلی که بعضاً در کشور رعایت نمی‌شود.

اگرچه حوزه مسکن از معدود بخش‌هایی است که بخش خصوصی در آن بالاترین نقش را ایفا می‌کند، اما با توجه به محدودیت‌هایی که در بخش زمین خصوصاً در کلاشهرها وجود دارد، نقش حمایتی دولت مبنی بر تخصیص زمین با قیمت مناسب برای خارج شدن مسکن از کالای سرمایه شده کالای مصرفی از یک سو و همچنین کاهش قیمت تمام شده ساخت و افزایش حاشیه سود سازندگان، پررنگ‌تر است.

در این میان به نظر می‌رسد موضوع ساماندهی بازار مسکن با دو چالش پیچیده و متناقض، یکی به نام «بالا بودن تعداد واحدهای خالی عمدتاً لوکس و گران قیمت که تا ۵/۲ میلیون واحد مسکونی در کشور برآورد می‌شود» و دیگری «کمبود واحد مسکونی مصرفی و میان قیمت» رویه رو است و این دو چالش، معضلات اصلی بخش مسکن هستند.

با این حال کارشناسان معتقدند با استفاده از ابزار مالیاتی

مانند مالیات بر خانه‌های خالی و مالیات بر عایدی سراسری

می‌توان در میان مدت و بازه شش ماهه تا یک سساله این

مشکلات را تعدیل یا حتی حل کرد.

با این وجود پیش از آنکه نهضت ساخت و ساز در بخش مسکن برای جبران کمبود واحد مسکونی مصرفی به راه بیفتد، باید مشکلات و موانعی که بر سر راه تولید پایدار و دامنه دار مسکن وجود دارد، رفع و رجوع شود.

این موانع بعضاً به اقتصاد کلان مانند تورم، کاهش ارزش پول ملی در دوره‌های میان و بلند مدت مسکن‌ها گذری در بخش ساخت و ساز، سوده‌ای بالای تسهیلات بانکی و … بازمی‌گردد؛ قوانین دستمست و پاکیز مانند قانون اجباری بودن بیمه کارکنان ساختمانی یا قانون پیش فروش ساختمان از دیگر موانع رونق تولید هستند. برخی موانع هم در بازار پیش روی فعالان ساخت و ساز قرار دارد مانند افزایش قیمت مصالح ساختمانی (سیمان، میلگرد و سیمان).

تا زمانی که این موانع از سسر راه تولید مسکن برداشته نشود، عملاً بازار مسکن همچنان در دوره‌های ثباتی‌بر رکود طولانی مدت تورمی و بعضاً دوره‌های رونق کوتاه مدت تورمی به صورت سلسله وار به سر خواهد برد و نمی‌توان یک بازار پایدار و جاری در بخش مسکن را انتظار داشت.

پاید اشاره داشت: بازار مسکن پس از رکود چند ساله شاهد رونق نسبی در قیماها در سال ۱۳۹۵ و ۱۳۹۶ بود و مجدداً با توجه به جهش قیمت‌ها در سال ۱۳۹۷وارد فاز رکود و ناپایدا شده و پیش‌بینی‌ها حاکی از ادامه این وضعیت برای احتمالاً ۲ تا ۱۰ فصل خواهد بود. اما باید در نظر داشت تحرک



مسکن می‌تواند چرخش مالی ایجاد کند که نوعی گردش خون در کالاهای اقتصاد است.

بعد از روی کار آمدن محمد اسلامی به جای عباس

آخوندی در بالاترین مسند وزارت راه و شهرسازی، رویکرد این وزارتخانه از «افزایش تولید خریده» به «تولید و عرضه مسکن» تغییر کرده و با توجه به رکود مسکن که به افت شدید ساخت و ساز طی پنج سال گذشته منجر شده، برآورد کارشناسی این است که اسلامی با چالشی بزرگ مواجه خواهد بود. به‌خصوص اینکه بعد از جهش نرخ ارز، هزینه‌های ساخت مسکن هم سه تا چهار برابر افزایش یافته که می‌تواند اثر منفی روی تولید مسکن بگذارد. توجه به انبوه سازی و صنعتی سازی ممکن است کلید حل معمای مسکن باشد.

به دنبال انتخاب شعار سال ۱۳۹۸، وزیر راه و شهرسازی در پیام نوروزی خود اظهار امیدواری کرد که سسال ۱۳۹۸ «حضور قوی‌تر همه دست‌اندرکاران، اعم از مشاوران، سازندگان و سرمایه‌گذارانحوزه مسکن به سال رونق ساخت و تولید مسکن تبدیل شود

اسلامی تأکید کرد: نیازمند پاسخگویی به نیاز مردم برای طرح‌های تأمین مسکن و به ویژه مسکن ابرلی‌ها هستیم و باید متعهد باشیم و میثاق ببندیم که برای پیشبرد برنامه‌های مسکن که در دستسور کار قرار دارد اعم از مسکن مهر پایتنامه که انتظار مدت تکمیل آنهاست و پروژه‌های ۴هزار۰۰ واحدی که در دستور کار است، همه با اهتمام ویژه نقش ایفا کنیم و ان‌شاءالله زودتر از زمان‌بندی اعلام شده آنها در به ثمر برسایم.

علیرغم اینکه به نظر می‌رسد عرصه ۱۹هزار۰۰ واحد مسکونی تا سال ۱۴۰۰رتنامه‌ای مهم تلقی می‌شود، اما آنچه هدف اسلامی برای تعادل بخشی به بازار را محقق خواهد

اقتصادی



کرد، آمدن بخش خصوصی پای کار است؛ بخش خصوصی که دبیر کانون انبوه مسازان معتقد است در حال ترک این حوزه هستند.

در همین زمینه یکی از مهمترین موانع رونق تولید مسکن را می‌توان افزایش روزافزون قیمت زمین و در نتیجه کاهش حاشیه سود سازنده دانست. در کنار افزایش قیمت زمین، می‌بایست به موضوع کمبود زمین در کلاشهرها خصوصاً پایتخت هم اشاره کرد. در حال حاضر مهم‌ترین منبع تأمین زمین ساخت و ساز، سکّه و تا حدودی سهام و اوراق مشارکت ۱۸درصدی نوسازی بافت‌های فرسوده و تجمیع ریزدانه هاست.

در این خصوص متأسفانه برنامه دولت برای بازسازی بافت فرسوده علیرغم تبلیغات گسترده به فریب نرسیده است؛ طبق وعده دولت، قرار بود بافت‌های فرسوده با تخصیص منابع از صندوق توسعه ملی به صورت گسترده نوسازی و احیا شود، اما تا کنون نه تنها تسهیلات ارزان قیمت به توسعه گران و فعالان بخش خصوصی در بافت‌های فرسوده پرداخت نشده، بلکه حتی به نظر می‌رسدبا افزایش قیمت مسکن در یک سال گذشته، اصل اجرای این طرح بدون تخصیص یارانه‌های دولتی غیر اقتصادی باشد.

سید مجید نیک نژاد توسعه گر بافت فرسوده با بیان اینکه موارد حقوقی اجرای طرح نوسازی بافت‌های فرسوده همچنان در ابهام قرار دارد، می‌گوید: به عنوان مثال عرضه اراضی اجرای این طرح (راضی واقع در بافت فرسوده) که در اختیار دستگاه‌های دولتی است، معلوم نیست با چه سبک و سیاقی به توسعه گران واگذار می‌شود.

وی میی افزاید، مواردی چون قانون بیمه کارگران ساختمانی، ماده ۷۷قانون مالیات‌های مستقیم، قانون

شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸ -

۵ رمضان ۱۴۴۰ -

۱۱ مه ۲۰۱۹ -

سال نو د -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

شماره ۲۷۲۷۸ -

قدردانی از قضات نمونه دادگستری بهبهان

بهبهان ـ خبرنگار اطلاعات: مراسم تجلیل از قضات نمونه دادگستری شهرستان بهبهان با حضور رئیس دادگستری، دادستان و جمعی از پرسنل اداری و قضایی این شهرستان برگزار شد.
رئیس دادگستری بهبهان دراین مراسم با تبریک حلول ماه مبارک رمضان، گزارشی از کیفیت رسیدگی در سطح حوزه قضایی ارائه و در ادامه به نحوه گزینش و انتخاب قضاات برتر اشاره کرد و اظهار داشت: خوشبختانه طبق بررسی‌ها و ارزیابی انجام شده و نظر بازرسان عملکردقضاات دادگستری بهبهان در سال ۹۷ وضع خوبی داشته است بطوری که از مجموع ۲۸۸ نفر قضاات برتر کل استان خوزستان ۹ نفر قضاات نمونه از شهرستان بهبهان انتخاب شده‌اند که در این جایز است از اقدامات و عملکرد مطلوب همه همکاران محترم قضایی و اداری که با شرايط سخت مشغول خدمت به مردم بوده و هستند تقدیر و تشکر کنم.

سید ابوفرد کرمی‌پور در ادامه با اشاره به تاکید رئیس قوه قضائیه مبنی بر کاهش ورودی پرونده‌ها و جلوگیری از به تأخیر افتادن رسیدگی به پرونده‌ها و کمک به کاهش و رونق اقتصادی، گفت: به دنبال آن هستیم که با ساز و کار مناسب به تولید جمعیت کفیری و کاهش موجودی پرونده‌ها و کوتاه کردن فرایند دادرسی و رسیدگی به پرونده‌های قدیمی (مسن) توجه ویژه شود و با استفاده از ظرفیت‌های قانونی، کمک به رونق تولید و بر ضرورد جلدی با کسانی که امنیت روانی و اقتصادی و جسمانی شهروندان را به خطر می‌اندازند و همچنین خورد جلدی با متصرفین منابع ملی و یستر و حریم رودخانه‌ها اقدام کنیم.

در ادامه مراسم نیز دکتر زندی دادستان عمومی و انقلاب بهبهان ضمن تبریک حلول ماه پرهیز و برکت رمضان برقراری هر چه بیشتر حفظ و امنیت در شهرستان بهبهان را مورد تأکید قرار داد اظهار داشت: در خصوص حفظ امنیت با کسی مسامحه نداریم و حفظ امنیت خط قرمز ما است و از همه همکاران خود تقاضا می‌خواهم با جدیت مضاعف حفظ امنیت مردم را در اولویت کاری خود قرار دهند. دادستان عمومی و انقلاب بهبهان گفت: مردم ما بلدند که سیستم‌های قضایی و اطلاعاتی را خود با یافت انجام می‌دهند و این کمترین کاری در قبال رشدها و شهادی گرافنداری است که مردم شهر را از امنیت بهبهان بهبهان قایل انقلاب کردن.

در پایان نیز از قضاات نمونه دادگستری بهبهان از جمله سید ابوبذر کرمی‌پور رئیس دادگستری بهبهان، دکتر زندی دادستان عمومی و انقلاب بهبهان احمدی، عزیززاده خوری، ارنذر، رضایی، گودزی و اسدپور با اهدای لوح سپاس، قدردانی به عمل آمد.

آغاز ساخت مجتمع آموزشی خیری در بافق

باقف ـ خبرنگار اطلاعات: عملیات اجرایی ساخت بزرگترین مجتمع آموزشی- تربیتی خیری با اعتبار ۱۰۰ میلیارد ریال در بافق آغاز شد.
رئیس اداره آموزش و پرورش خیری در این مورد گفت: عملیات اجرایی مرحله اول مجتمع خیری مردم علی اکبر شایبی در زمینی به وسعت ۳۹ هزار متر مربع و با زیربنای پنج هزار و ۱۰۰ متر مربع آغاز شد.

محمدرضا خاقان‌زاده پیش‌بینی و تخصیص اعتبار مورد نیاز برای ساخت این مجموعه آموزشی ـ تربیتی را ۱۰۰ میلیارد ریال اعلام کرد و گفت: این مجتمع در سه طبقه شامل کلاس، خوابگاه، سالن مطالعه و سایت نجوم ساخته می‌شود.
از اضافه کرد: مجتمع شایبی نخستین مجتمع آموزشی تمام خیری شهرستان بافق است که تحت نظارت اداره کل نوسازی مدارس استان یزد ساخته می‌شود.
۵۰۰ هزار و ۵۰۰ دانش آموز در مدرسه شهرستان بافق به تحصیل اشتغال دارند.

اصلاح و توسعه ۱۰ هزار متر شبکه آبرسانی در مهریز

یزد ـ خبرنگار اطلاعات: مدیر امور آبفای مهریز گفت: در طول یک سال گذشته، ۱۰ هزار و ۳۰۳ متر شبکه آبرسانی در این شهرستان اصلاح و توسعه یافته.

محمد رضا موحد در تشریح گزارش عملکرد یک ساله این امور از تاجیان چهار میلیون و ۳۶۸ هزار و ۹۲۲ متر مکعب آب فروش یک هزار و ۲۲۷ و نصب ۶۱۲ قرعه انشعاب آب، تعویض ۳۳۵ مورد کنتور، ساخت ۳۱ عدد خوشه شش فلکه و رفع ۹۶۹ مورد افتقاص اصلی، فرعی، انشعاب و خط انتقال خیر دادوی همچنین، یک هزار و ۵۰۰مورد کلر سنجی آب، انجام ۴۰ مورد آزمایش میکرو بیولوژی، رفع میله جاذبه جاذبه به عمق ۴متر با اعتبار ۵۸۰ میلیون ریال و سفر کارلی آن به طول ۸۰ متر با اعتبار ۱۲۹۹ میلیون ریال، ساخت ضخانه فاضلاب با اعتبار ۱۷۰میلیارد ریال با پیشرفت ۱۴/۳، سرمایه‌گذاری بخش خصوصی و اجرای شبکه جمع آوری به طول ۲ کیلومتر و اعتبار ۱۵میلیارد ریال را از دیگر فعالیت‌های آبفای مهریز در سال ۹۷ بیان کرد.
و اعتبار ۱۰هزار و ۱۰۰ آبفای مهریز، با بهرمندی از آب انتقالی، شبکه توزیع به طول ۳۰۵ هسار و ۷۱۵ متر،خط انتقال به طول ۹۰ هزار و ۳۸۱ متر و ۱۵ هزار متر مکعب مخزن ذخیره آب، جمعیت ۳۹هزار و ۶۲۷ نفر را زیر پوشش قرار می دهد.

استاندار خراسان رضوی: بانک‌ها نباید به کسانی که اهلیت اقتصادی ندارند، تسهیلات بانکی دهند

مشهد ـ خبرنگار اطلاعات: استاندار خراسان رضوی با بیان این که محدودیت‌های شبکه بانکی را در دک می‌کنیم؛ افزود: نباید به کسانی که اهلیت اقتصادی ندارند، تسهیلات پرداخت کرد زیرا هم خوششان گرفتار می‌شوند و هم سپرده‌های مردم را با مشکل مواجه می‌کنند.
علیرضا رزم حسینی در نخستین هماهنگی بانک‌های استان در سال ۹۸، از شبکه بانکی به عنوان موتور محرک اقتصاد یاد کرد و افزود: اگر سیستم بانکی کمک نمی‌کرد، سال گذشته نمی‌توانستیم در حوزه اشتغال‌زایی و اجرای پروژه‌های اقتصادی کام‌های موثری درباریم.وی ادامه داد: خوشبختانه امروز همدلی و همکاری بسیاری خوبی بین ارکان حاکمیت در شکل گرفته و همین موضوع به پشتوانه موثری برای تحقق سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و دستیابی به توسعه اقتصادی فرهنگی در استان تبدیل شده است.

استاندار خراسان رضوی بزرگترین چالشش امروز کشور را معیشت و اقتصاد مردم پرشمرد و تأکید کرد: طی مدت اجرای برنامه، شبکه بانکی استان با تمرکز بر تسهیلاتی به مداللات مالی و تجاری و با هدف آزاد خروج آمریکا از این معاهده بین المللی و تشدید فشارها علیه جمهوری اسلامی، کشورمان را با سلب اقتصادی مواجه کرد.

وی گفت: متأسفانه هنوز در افکار برخی از مدیران دستگاه‌های اجرایی این باور ناهنجار نبوده است که ما امروز در جنگ اقتصادی قرار داریم و ضرورت دارد که در همه بخش‌ها، تصمیمات عملیاتی، موثر و مطابق با این شرایط گرفته شود.

استاندار خراسان رضوی افزود: به رغم آنکه در جنگ اقتصادی با دشمن قرار گرفته‌ام اما برخی از تصمیماتی که این روزها گرفته می‌شود، مطابق با شرایط صلح است و در این صورت طبیعی است که نمی‌توان به نتایج مطلوب در جهت ایجاد رونق اقتصادی دست یافت.

مطب پزشکان در همدان بر اساس خدمات پزشکی رتبه‌بندی می‌شود

همدان ـ خبرنگار اطلاعات: رئیس دانشگاه علوم پزشکی این سینا همدان گفت: مطب پزشکان ارائه ارائه خدمات بهتر برای نخستین بار در کشور رتبه بندی می‌شود.

حسینباقل موسوی بهار در جمع خبرنگاران به نظارت بر عملکرد بیمارستان‌ها و رتبه بندی آنها، اشاره کرد و گفت: نظر نگاریم به تدریج با ایجاد زیرساخت‌ها، لازم برای نخستین بار، این نظارت و رتبه‌بندی را در سطح مطب‌ها نیز انجام دهیم تا براساس معیار و مشخصات معین، بیماران به مطب پزشکان مراجعه کنند و از خدمات مورد نیاز بهره‌مند شوند.

وی انتقال و آموزش علم را روشی موثر در کسب سود و جذب سرمایه دانست و افزود: با توجه به تجربه‌های علمی، پارایزینی و پیگیری‌های انجام شده،استان همدان موفق به پذیرش ۱۲ دانشجوی خارجی از کشور روستان عراق در رشته پزشکی عمومی شده است، خوشبختانه با برنامه ریزی‌های انجام شده شاهد پذیرش دانشجوین بیشتری از سوی دانشگاه این سینا برای این الململی شدن این دانشگاه هستیم.دانشگاه این سینا در حال ارائه ۱۲۰ رشته متوع به دانشجویان است و از این رو تلاش برای پذیرش و جلب دانشجویان خارجی به تاملی رشفته‌ا ادامه دارد و این بار این اساس در هر نیم ترم، پذیرش دانشجویان به به دانشگاه‌وبه سینا جذب می‌شوند و از پاییز نیز پذیرش هندی وارد استان همدان خواهد شد.

وی از اختصاص ۳۰۰۰ جوش هیات رتسبه دانشگاه علوم پزشکی این سینا گفت: به استانهای سیل زده خیرداد و تمامی مدیران را به این پوشش دعوت کرد و این هزینه به برگزاری مراسم تقدیر از اساتید دانشگاه در روز استاد نیز به استان‌های سیل زده اهدا شده است. موسوی بهار انتخاب نام دانشگاه علوم پزشکی همدان به این سینا، را رویارویی بسیاری مهم دراین استان پرشمرد و با اشاره به افتتاح ۱۰ هزار مترمربع ساختمان بهداشت در سراسر استان همدان،اره نیز ۲۵میلیارد تومان در هفته سلامت گفت: توسعه اورژانس بیمارستان علیمردان ناهود باید هزینه ۵۰میلیارد تومان، افتتاح مرکز جامع سلامت توسیرگان، کار باسزازی و مرمت دانشگاه ناهود، توسعه ساختمان اورژانس و تأسیس اتاق عمل سربایي پوست در بیمارستان سینا و افتتاح کلینیک ویژه «ماهید» درانه‌های افزون بر ۱۰ میلیارد تومان، از جمله پروژه‌های قابل افتتاح است. رئیس دانشگاه علوم پزشکی این سینا در رابطه با خدمات‌های روتین وکی این ارائه خدمات پزشکان به بیماران گفت: اسامال برهه‌ها انجام و فرهنگ‌سازی نسخه نویسی و پرونده الکترونیکو بیماران با قدرت بیشتری اجرا می‌شود.

اخبار شهرستانها



وی در ادامه با بیان اینکه دشمن نمی‌تواند پذیرد که جمهوری اسلامی در معاللات ۷ و ۸ کشور منطقه تأثیر گذار است، ادامه داد: در شرایط فعلی همه ارکان حاکمیت باید اتحاد و انسجام خود را حفظ کنند و برای گذار از بحران اقتصادی، شگرهای در زمینه اشتغال و حفظ ظرفیت فعال در بخش تولید همه پشت به باشند.

رزم حسینی با اشاره به رانت ناشی از تفاوت نرخ ارز در اقتصاد کشور، تأکید کرد: چرا در شرایطی که نرخ ارز اقشار جامعه نسبت به پایین بودن حقوق خود معترض هستند، باید ۲۰ هزار میلیارد تومان بارانه به صورت مستقیم و غیرمستقیم پرداخت شود؟ به نظر می‌رسد برای یک راه‌حل هم‌شده باید تصمیماتی جدی و عملیاتی در این زمینه اتخاذ شود. وی تأکید کرد: با اجرای مدل مثلث توسعه اقتصادی



فرهنگی در خراسان رضوی، بسیاری از معین‌های اقتصادی فعالیت‌های اجرایی را شروع کرده‌اند و در تلاش هستیم که این ظرفیت‌ها رزشتند برای تسخیت فعالیت‌های اقتصاد مقاومتی استفاده کنیم.

استاندار خراسان رضوی همچنین با اشاره به برنامه‌ریزی بانک‌ها برای پرداخت ۱۵ هزار میلیارد تومان تسهیلات جدید در سال ۹۸، افزود: در حوزه صنعت ایجاد هر یک فرصت شغلی حدود یک میلیارد تومان هزینه در بر خواهد داشت درحالی که با تسهیلات ۳۰ میلیون تومانی در دیگر بخش‌ها می‌توان برای ۴ تا ۱۳ اشتغال ایجاد کرد. رزم حسینی گفت: با مشارکت معین‌های اقتصادی و ایجاد صندوق‌های خرد، از سرمایه‌های مردمی برای ایجاد اشتغال و توسعه اقتصادی فرهنگی استفاده خواهیم کرد.

شناسایی ۱۷۴ نقطه آسیب‌دیده در سیل مازندران

گسترش خرابی‌های سیل اخیر اتفاق افتاد. او اضافه کرد: در سیل اول تعداد پروژه‌هایی که داشتیم پیشرفت فیزیکی مناسب و خوبی داشته است که ما دلیلیم در سه ماه آینده به مرحله بهره برداری برسد لذا این مهم به این معنی نیست که خدمات دیگری در این مناطق انجام شده است و اقدامات بسیار خوبی قابل توجهی از خرابی‌های پیش رو مرفع نموده تا بتوانیم به نوعی وضعیت را به حالت عادی بازگردانیم. مدیرکل راه و شهرسازی تصریح کرد: در راه‌های روستایی نقاط راشنی زیادی داریم و در برخی از نقاط تردد تردد خودروها اختلال شده است و می‌بایست راه جایگزین را با سازه‌های مکمل تاریم. همچنین در برخی نقاط روستا، خسارت وارده است که با احداث سازه روستاها را مدیریت اجرایی این پروژه در دیوار نمی‌توان عملیات اجرایی انجام داد و باید بل طراحی کنیم تا خرابی‌ها

گسترش خرابی‌های سیل اخیر اتفاق افتاد. او اضافه کرد: در سیل اول تعداد پروژه‌هایی که داشتیم پیشرفت فیزیکی مناسب و خوبی داشته است که ما دلیلیم در سه ماه آینده به مرحله بهره برداری برسد لذا این مهم به این معنی نیست که خدمات دیگری در این مناطق انجام شده است و اقدامات بسیار خوبی قابل توجهی از خرابی‌های پیش رو مرفع نموده تا بتوانیم به نوعی وضعیت را به حالت عادی بازگردانیم. مدیرکل راه و شهرسازی تصریح کرد: در راه‌های روستایی نقاط راشنی زیادی داریم و در برخی از نقاط تردد تردد خودروها اختلال شده است و می‌بایست راه جایگزین را با سازه‌های مکمل تاریم. همچنین در برخی نقاط روستا، خسارت وارده است که با احداث سازه روستاها را مدیریت اجرایی این پروژه در دیوار نمی‌توان عملیات اجرایی انجام داد و باید بل طراحی کنیم تا خرابی‌ها

گسترش خرابی‌های سیل اخیر اتفاق افتاد. او اضافه کرد: در سیل اول تعداد پروژه‌هایی که داشتیم پیشرفت فیزیکی مناسب و خوبی داشته است که ما دلیلیم در سه ماه آینده به مرحله بهره برداری برسد لذا این مهم به این معنی نیست که خدمات دیگری در این مناطق انجام شده است و اقدامات بسیار خوبی قابل توجهی از خرابی‌های پیش رو مرفع نموده تا بتوانیم به نوعی وضعیت را به حالت عادی بازگردانیم. مدیرکل راه و شهرسازی تصریح کرد: در راه‌های روستایی نقاط راشنی زیادی داریم و در برخی از نقاط تردد تردد خودروها اختلال شده است و می‌بایست راه جایگزین را با سازه‌های مکمل تاریم. همچنین در برخی نقاط روستا، خسارت وارده است که با احداث سازه روستاها را مدیریت اجرایی این پروژه در دیوار نمی‌توان عملیات اجرایی انجام داد و باید بل طراحی کنیم تا خرابی‌ها

کریسمس ـ خبرنگار اطلاعات: شهردار رباط ریگ نقش مشارکت مردم را در اداره سازمان‌های خدمات‌رسان مانند شهرداری بسیار موثر دانست و خواستار همکاری بیشتر شهروندان با شهرداری در انجام تعهدات دو سو بهی.

دکتر سید محمد میرزمانی با بیان اینکه محل خدمات شهرداری از پرداخت خوراشی است که مردم به خدمات اقدامات اقتصادمندان در سطح شهر پرداخت می‌کنند، گفت: همه باید در انجام مسئولیت‌هایشان متعهد باشند تا شهرداری بتواند

کریسمس ـ خبرنگار اطلاعات: شهردار رباط ریگ نقش مشارکت مردم را در اداره سازمان‌های خدمات‌رسان مانند شهرداری بسیار موثر دانست و خواستار همکاری بیشتر شهروندان با شهرداری در انجام تعهدات دو سو بهی.
دکتر سید محمد میرزمانی با بیان اینکه محل خدمات شهرداری از پرداخت خوراشی است که مردم به خدمات اقدامات اقتصادمندان در سطح شهر پرداخت می‌کنند، گفت: همه باید در انجام مسئولیت‌هایشان متعهد باشند تا شهرداری بتواند
آهکی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه
شرکت نجات آیین دانا پایه شرکت سهامی خاص
به شماره ثبت ۷۸۸۲۴۰ و شناسه ملی ۱۰۰۱۱۲۴۴۴۳۳
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم شرکت صنایع کاغذ گرهبه‌سپاهمی، خاص، در حال تصفیه و نمایندگان قانونی آنها دعوت به عمل می‌آید تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه که در ساعت ۱۵ روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۳/۲۵ در محل شرکت سهامی خاص صنایع کاغذ گرهبه‌سپاهمی واقع در تهران خیابان سعادت آباد - خیابان خورشید طلوع غربی - پلاک ۲۲ تشکیل می‌گردد، حضور به هم رسانند؛
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش هیات مدیره و هیات تصفیه مربوط به سال مالی منتهی به ۱۳۹۷/۱۲/۲۹
۲- اخذتخات تصمصب نسبت به صورت‌های مالی سال مالی منتهی به ۱۳۹۷/۱۲/۲۹
۳- تمدید مأموریت مدیران تصفیه
۴- اخذتخات نظارت هیات مدیره برای سال مالی ۱۳۹۸
۵- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار برای سال مالی ۱۳۹۸
۶- حق حضور اعضای هیات تصفیه و مدیر اجرایی
۷- سایر موارد
رئیس هیات تصفیه شرکت صنایع کاغذ غرب (شماره خاص) در حال تصفیه

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه
شرکت نجات آیین دانا پایه شرکت سهامی خاص
به شماره ثبت ۷۸۸۲۴۰ و شناسه ملی ۱۰۰۱۱۲۴۴۴۳۳
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

شرکت زراعی شمشاد در نظر دارد انواع برنج شادوید و نودا را بطریق عام و واحد ثبتی تهران به فروش برساند. متقاضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت فرم شرایط به مهر بارزاتی کلید به آدرس ذیل مراجعه و با یا تلفن به شرح ذیل تماس حاصل نمایند.ضمناً قیمت پایه مضمون کمسیون در فرم شرایط شرکت در مزایده درج خواهد شد.
زمان تحویل پاکت پیشنهادها: ساعت ۱۱ روز دوشنبه مورخ ۹۸/۰۳/۲۰
زمان بازگشایی پاکت پیشنهادها: ساعت ۱۲ روز دوشنبه مورخ ۹۸/۰۳/۲۰
مکان: ساری - جاده گهمرباران، در شرکت زراعی شمشاد
تلفن: ۰۳۳۷۶۶۰۰۰-۰۳۳۷۶۶۰۰۰-۰۳۳۷۶۶۰۰۰
تلفن جهت هماهنگی: ۰۹۳-۵۲۹۶۵۰۰-۰۹۳-۵۲۹۶۵۰۰
آقای مصطفی بابایی
شماره تماس: ۰۹۳-۵۲۹۶۵۰۰-۰۹۳-۵۲۹۶۵۰۰

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

آهکی دعوت مجمع عمومی عادی انجمن صنعتی کار فرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
نوبت اول به شماره ثبت ۴۲۷۷۱ و شناسه ملی ۱۰۰۰۷۰۷۷۶۴۱۴
نوبت اول سال ۱۳۹۸
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم انجمن صنعتی کارفرمای بیمارستان ها و شرکت ساختمانی و تأسیساتی و نجیبزاتی انجمن می‌رساند
جلسه مجمع عمومی عادی یوبت اول انجمن راس ساعت ۹ صبح روز ۱۳۹۸/۰۳/۲۲ در محل انجمن واقع در بزرگراه خورشید طلوع نوری - خیابان سزارمیان آب - خیابان حاج‌پور امیر جنوبی - کوچه ۱۴ - پلاک ۵ برگزار می‌گردد، لذا از اعضای محترم تقاضا می‌شود در جلسه مذکور شرکت فرمایند.
دستور جلسه:
۱- استماع گزارش رئیس، خزانه‌دار، بازرس و دبیر انجمن
۲- تصویب ترانزانه مالی سال ۹۷ و تصویب بودجه سال ۹۸.
۳- سایر موارد.

استاندار خراسان رضوی: بانک‌ها نباید به کسانی که اهلیت اقتصادی ندارند، تسهیلات بانکی دهند

همچنین دراین جلسه معاون رئیس دادگستری خراسان رضوی گفت: آقای رزم حسینی در مدت فعالیت دراستانداری، رویکرد اقتصاد خوری را یکد ده‌هاند که امیدواریم تجربه خوب کردمان در خراسان رضوی محقق شود.

امیر مرتضوی افزود: دستگاه قضایی برای ایجاد تحول اقتصادی- فرهنگی در کنار دست‌شکتهای اجرایی خود بود و انتظار می‌رود که تمامی نهادهای ذی ربط، به صورت هماهنگ فعالیت‌های اجرایی را پیش ببرند.

دبیر شورای هماهنگی بانک‌های خراسان رضوی هم در این جلسه گفت: شبکه بانکی در جهت مدل مثلث توسعه اقتصادی فرهنگی استان، برنامه‌ای عملیاتی تدوین و پیشنهاد کرده است تا زمینه تحقق سیاست‌های اقتصاد مقاومتی فراهم شود.

منوسان افزود: با ارسال ۸۱۳۸ میلیارد تومان تسهیلات توسط بانک‌ها به بخش‌های مختلف کشاورزی، مسکن، صنعت، قرض الحسنه و... پرداخت شد و برای امسال ۱۵ هزار میلیارد تومان پیش‌بینی شده است.

وی ادامه داد: از مجموع تسهیلات پیش‌بینی شده برای پرداخت در سال ۹۸، ۲۲۵۰ میلیارد تومان به بخش کشاورزی، ۲۷۰۰ میلیارد تومان به بخش مسکن و ساختمان ۲۷۰۰ میلیارد تومان به بخش تسهیلات قرض الحسنه اختصاص خواهد یافت.

دبیر شورای هماهنگی بانک‌های خراسان رضوی تأکید کرد: در سال ۹۷ نسبت مصارف به منابع بانک‌های استان ۶۸٫۵ درصد بود که پیش‌بینی شده است این رقم امسال به ۷۲٫۵ درصد افزایش یابد. وی همچنین با اشاره به آمادگی بانک‌ها برای واگذاری واحدهای تملیکی خود، در صورت واگذاری ۱۳۲ واحد تملیکی آماده واگذاری در استان، ۸ هزار میلیارد تومان دارایی بدون حتی یک ریال سرمایه‌گذاری جدید، از ادسازی خواهد شد.

شناسایی ۱۷۴ نقطه آسیب‌دیده در سیل مازندران

گسترش پیدانکند. وی افزود: در گذشته کمتر نسبت به اجرا و احداث دیوار کانال‌های بنیی آب‌روها با عرض و طول‌های مناسب پیش‌بینی میشده هر چند تردم کرد می‌وزان تردد در راه‌های فرعی و روستایی در جهت ترافیک گسست‌شش پیدا کرده است و از یک سو میزان تردد در راه‌های ترافیک گسست‌شش پیدا کرده است و از سوسوی دیگر بار گذار در راه‌های فرعی افزایش پیدا کرده است. لذا با توجه به رویکردهای جدیدی که نسبت به مناطق روستایی در چند سال اخیر بوجود آمده است درصدد هستیم با استانداردسازی و اجرای ابتیاف فنی در راه‌های فرعی و روستایی گسترش این محورهای مواصلاتی را که نقش مهمی در توسعه دارند عملیاتی کنیم.

مردمی و جذب سرمایه‌گذاری از مهم‌ترین عوامل ایجاد درآمدهای پایدار در سطح شهر است که هر چند ایجاد درآمدهای پایدار زمان‌بر است ولی باید بستر آن فراهم شود.

دکتر میرزمانی اضافه‌کرد: آنچه می‌تواند موجب باور و شدن هر چه بهتر عملکرد دستگاه‌های خدمات رباط ریگ، افزایش آگاهی و آشنایی شهروندان با مسائل اجتماعی پایدار باشد است تا در

حماس: درخواست آتش بس در جنگ ۲روزه اخیر غزه از طرف اسرائیل بود

سرویس خارجی: جنبش حماس اعلام کرد بعد از گسترش حملات موشکی مقاومت به شهرهای اشغالی در جنگ دو روزه هفته گذشته در غزه، اسرائیل میناجیهگرانی را برای بررسی آتش‌بس اعزام کرد.

خلیل الحجه، عضو دفتر سیاسی جنبش حماس خاطرنشان کرد: در جریان تنش اخیر، بعد از آن‌که مقاومت فلسطین دامنه بمباران شهرهای اشغالی را تا ۴۰ کیلومتر گسترش داد اسرائیل میناجیهگرانی را به گفت‌وگو در مورد آتش‌بس اعزام کرد. الحجه تصریح کرد: اتاق عملیات مشترک مقاومت در پاسخ به تجاوز اخیر اسرائیل، به‌وضوح نمود پیدا کرد: زمانی که سیاست‌هایی را تدوین و درباره نحوه پاسخ و زمان آغاز و پایان توافق کردی. وی تأکید کرد: دور آتش تنش، پاسخی به تجاوز رژیم اشغالگر و هدف قرار دادن تظاهرکنندگان و مبارزان فلسطینی از سوی رژیم ایران و رژیم و طفره رفتن مستمر آن در اجرای تقاضاها بود. این عضو حماس افزود: سلاح مقاومت هرگز روی میز مذاکرات نهوده و نخواهد بود و مقاومت در حال توسعه مستمر امکانات خود است. همزمان روزنامه عبری‌زبان «اسرائیل هیوم» در گزارشی با عنوان «حسارت‌های آخرین رویارویی با غزه» نوشت: اسرائیل در نبرد اخیرش علیه نوار غزه در جبهه جنوبی روزانه متحمل بیش از ۱۷ میلیون دلار معادل ۶۱.۵ میلیون شکل (واحد پول اسرائیل) خسارت شد، بر همین اساس با توجه به دو روز جنگ در فلسطین اشغالی، اسرائیل معادل ۲۴ میلیون دلار زیان متحمل شد.

روسیه: بر سر ونزوئلا با آمریکامعامله نمی کنیم

سرویس خارجی: وزیر امور خارجه روسیه اعلام کرد کشورش با آمریکا بر سر مساله ونزوئلا معامله نمی کند.

سرگی لاوروف،خاطرنشان کرد که معمولاً معامله ها را دونالد ترامپ رئیس جمهوری امریکا آماده می کند. گفتنی است روسیه و آمریکا بر سر مساله ونزوئلا اختلاف دارند و در حالی که مسکو بر عدم مداخله در امور داخلی این کشور تأکید دارد، واشنگتن با اعلام حمایت از خوان گویادو رئیس جمهوری خودخوانده ونزوئلا خواهان برکناری نیکلاس مادورو رئیس جمهوری قانونی آن است. قرار است مایک پمپئو وزیر امور خارجه آمریکا برای دومین بار در یک هفته اخیر با لاوروف دیدار کند. در این حال رئیس‌جمهور ونزوئلا گفت کشورش از شر دلار آمریکا رها شده است. نیکولاس مادورو افزود: ما در حال رها شدن از شر دلار و مکتب‌های مالی وابسته به آن هستیم و یک روند تاریخی بزرگ و مهم در حال اجرا است. ما خواهیم به مردم جهان بگوییم که به یله می‌توانیم بدون سلطه های آمریکا و مکتب‌های مالی وابسته به آن زندگی کنیم و زندگی کنیم. خبر دیگر اینکه نیروهای اطلاعاتی ونزوئلا معاون رئیس مجلس ملی که اپوزیسیون بر آن کنترل دارد را بازداشت کرد. نیروهای اطلاعاتی ونزوئلا «ناگوارامبرانو، معاون خوان گویادو رهبر مخالفان و رئیس مجلس ملی این کشور را در کاراکاس پایتخت بازداشت کردند.ناگوارانو به حمایت از کودتای نافرجام ۳۰ آوریل، که گویادو آن را رهبری می‌کرد، متهم است. در چنین شرایطی گزارش برخی رسانه ها از تحولات جاری در ونزوئلا حاکی است در به‌وضوح برخورد دولت این کشور با همدیمان خان گویادو رهبر مخالفان، دو نفر از اعضای پارلمان و از محبان کودتای نافرجام علیه نیکولاس مادورو، به سفارتخانه های خارجی در کاراکاس پناه برده شد.

ارتش سوریه به یک منطقه راهبردی در استان «حمه» را آزاد کرد

سرویس خارجی:نیروهای ارتش سوریه کنترل شهرک راهبردی «قلعه المصیخ» و روستاهای لکرکات و التوبنه واقع در حومه شمال غربی استان حما را به اختیار گرفتند.

وابسته به جبهه النصره را در اطراف استان ادلب و حما در جریان غرب این کشور گلوله باران کردند. در جریان این گلوله باران محققین‌ها از تروویست های جبهه النصره در شهرک های الهیظ و قلعه المصیخ در حومه های حما و استان منهدم شدند. در جریان این گلوله باران ها ضمن وارد شدن ضربات سهمگین به تجهیزات و استحکامات تروویست ها شماری از آنان نیز کشته یا مجروح شدند. در روزهای گذشته از طریق قلعه المصیخ پایگاه حمیمیم روسیه در غرب سوریه مورد حمله موشکی تروویست ها قرار گرفته بود. روسیه نیز اعلام کرد که متحصنات محل قرار شلیک موشک، شناسایی شد و در عملیات مشترک ارتش سوریه و نیروی هوایی روسیه این مناطق بمباران

دومین آزمایش موشکی کره شمالی در کمتر از یک هفته

سرویس خارجی:کره شمالی درحالی که آزمایش های موشکی چند روز پیش خود را در راستای رزمایش دفاع از این کشور دانسته بود

با بیان دومین بار در کمتر از یک هفته آزمایش موشکی جدید انجام داد. در همین رابطه، منابع خبری از آزمایش جدید چندین موشک توسط کره شمالی در روز پنجشنبه گذشته خبر دادندس و اعلام کردند:آزمایش های موشک ها دراستان شمالی «یونگکان» در مسیر شمال غربی به سمت شرق این کشور انجام شد. در این حال،خبرگزاری «کی سی ان ای» کره شمالی گفت:«کیم جونگ ایل» رهبریان کشور برآزمایش های موشکی این کشور در روز پنجشنبه نظارت داشت.

به گفته این خبرگزاری رهبر کره‌شمالی همزمان با این آزمایش موشکی دستور تقویت قابلیت‌های رزمی این کشور را صادر کرد. همچنین «ای» کره شمالی گفت:«کیم جونگ ایل» رهبریان کشور برآزمایش های موشکی این کشور در روز پنجشنبه نظارت داشت.

به گفته این خبرگزاری رهبر کره‌شمالی همزمان با این آزمایش موشکی دستور تقویت قابلیت‌های رزمی این کشور را صادر کرد. همچنین

تأکید «سی‌سی» بر حمایت از ژنرال «حقتر»

سرویس خارجی : «عبدالفتاح البسی» رئیس جمهوری مصر در دیدار با ژنرال «خلیفه حقتر»، فرمانده نیروهای موسوم به ارتش ملی لیبی، بر حمایت «قاهره» از وی برای تداوم حملات علیه دولت قانونی لیبی در طرابلس تأکید کرد.

ژنرال «خلیفه حقتر» در این دیدار از حمایت های قاهره از وی برای مبارزه با تروریسم (د) در لیبی و حمایت از راه حل های مسالمت آمیز بحران‌های منبسط و تثبیت موسسات دولتی و تقویت و تشکر کرد.«سی‌سی» نیز در این دیدار از آنچه که تلاش‌های ژنرال حقتر» برای مقابله با تروریسم، (د) و گروه‌های مسلح و شبه نظامی در طرابلس خوانده می شود، حمایت کرد.آدم به ذکر است: تومیل مصر به همراه عربستان و امارات و ایمنی اصلی ژنرال «خلیفه حقتر» و عملیات نظامی او برای تصرف «طرابلس» پایتخت لیبی و سرنگونی دولت قانونی در این کشور هستند.

در همین حال، «امری هانت»، وزیر خارجه انگلیس اعلام کرد که کشورش نسبت به لیبیامان نشان اوضاع امنیتی و انسانی در لیبی نگران است.دوی اوضاع داد: دیپلماتی تهران برای پایان دادن به ریختن خون‌ها و ابهامات در منطقه است.«امانول مکرون» رئیس جمهوری فرانسه نیز در دیدار با «فایز السراج» نخست وزیر قانونی این کشور خواستار آتش‌بس و پایان دادن به درگیری‌های یک ماه گذشته در لیبی شد.

صاحب امتیاز: شرکت ارتباطی (مؤسسه اطلاعات)

مدیر مسئول: سیدمحمد دعائی

سر دبیر: علیرضا خانی

نشان: تهران- بلوار پیامداده- خدایان مصطفی جنوبی (نقته جنوبی سابق)

ساختمان اطلاعات- کد پستی ۱۵۴۹۵۳۱۱۱ (تهران)

پست تصویری برخطبرپه ۲۲۵۵۸

تلفن: ۲۹۹۹۹

نمایش آنکهی ها ۱۹۹۷۱۱ ۲۲۵۵۸

تلفن پذیرش آنکهی ها ۱۸-۱۲۰۲۲۵۵۸

نشانی اینترنت: http://www.ettelaat.com

پست الکترونیکی: ettelaat@ettelaat.com

منشور اخلاقی: http://www.ettelaat.com/ftp/manshoor.pdf

اطلاعات

سال نود و سوم

تقویم اطلاعات

شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

۵ رمضان ۱۴۴۰- ۱۱ و ۱۹

تظیر شرعی	۱۰۱۲ دقیقه
غروب آفتاب	۵۹و۱۹ دقیقه
اذان مغرب	۱۹و۲۰ دقیقه
نیمه شب شرعی (پایان وقت اذان نماز صبح)	۱۲ و ۰۰ دقیقه
اذان صبح (فرده)	۲۵و۴ دقیقه
طلوع آفتاب (فرده)	۰۲و۶ دقیقه

شکست‌های خارجی: حمله تهاجمی طالبان به کابل که منجر به کشته و زخمی شدن شماری از آمریکایی‌ها شد. اعلام کرد: واشنگتن به شدت حمله طالبان را علیه یک سازمان مردم نهاد که همکاری بین‌المللی دارد و همکار آژانس آمریکا برای توسعه ای بین‌المللی در جهت مبارزه می‌کند.عباس موسوی سخنگوی وزارت امور خارجه ایران نیز حمله محکوم کرد. در چنین شرایطی، مقامات افغان اعلام کردند: در حمله طالبان به مرکز پلیس در شهرستان-کابل(آلایت) پنج تن کشته شدند و شش تن دیگر زخمی شدند.سوی-مهاجم خبری اعلام کردند که نیروهای وابسته به سازمان سیای آمریکا در ولایت ننگرهار افغانستان در جریان عملیات شنه شبه شباهت داشت. و دو تن دیگر را زخمی کردند.از سوی دیگر: جوزف داتفور، رئیس ستاد مشترک ارتش آمریکا اظهار داشت: تا پایان کامل جنگ و درگیری‌ها در افغانستان، لازم است: نیروهای آمریکایی در این کشور بای بمانند.

عبدالله، سخنگوی جنبش انصارالله یمن در واکنش به حمایت «مکرون» از ادامه فروش سلاح های فرانسوی به عربستان سعودی گفت: چنین اظهاراتی باهدف نادیده گرفتن جنایات علیه مردم یمن عنوان می‌شود. در تحول تاریخی یمن، نیروهای ائتلاف سعودی-اماراتی با شلیک ۱۷گلوله خمپاره، شهر «الدربهی» در استان الحدیده یمن را هدف قرار دادند. به گفته منابع خبری، بر اثر گلوله‌باران نیروهای ائتلاف سعودی – اماراتی در منطقه «القرس» در شهر «التحیبا»، یک زن کشته و یک دختر بین زخمی شد.سند-حمله های عربستان نیز شهر «کناف» واقع در استان «صعده» یمن را در چند نوبت بمباران کردند. در مقابل، ارتش و کمیته های مردمی یمن نیز مواضع نیروهای سعودی در جنوب عربستان را هدف موشک‌های «ژالال» خود قرار دادندبه گزارش پایگاه خبری «المسیره»، یگان موشکی ارتش یمن با دو فروند موشک «ژالال»، مواضع نظامیان سعودی در ارتفاعات «قیس» واقع در استان «حیوان» عربستان را هدف قرار داد.نیروهای یمنی همچنین یک تانک پیشرفته و دو گروه زرهی ارتش سعودی را در «حیوان» عربستان منهدم کردند که به هلاکت چند عضو ائتلاف متجاوز منجر شد.

مساحت از تلاش‌های «مارتین گریفیث»، رئیس‌جمهوری آمریکا با دید دیگر از فروش تسلیحات نظامی به عربستان حمایت کرد.وی مدعی شد که پاریس تضمین‌هایی را از عربستان مبنی بر اینکه سلاح‌های فرانسوی علیه غیرنظامیان یمن مورد استفاده قرار نگیرد، دریافت کرده است.در همین حال، «محمد

حمله طالبان به یک موسسه آمریکایی در کابل به ۹ کشته

سرویس خارجی: حمله تهاجمی طالبان به موسسه بین‌المللی آمریکایی «کاتولیک‌پارت» در شهر کابل، کشته برجا گذاشت. در همین رابطه،وزارت کشور افغانستان اعلام کرد: بر اثر حمله تهاجمی چند مهاجم طالبان به موسسه آمریکایی کاتولیک‌پارت در منطقه شهرک-آلایت ۹ تن از جمله دو نظامی افغان کشته و ۲۴ نفر دیگر زخمی شدند. به گفته وزارت کشور افغانستان، با مهاجم طالبان ابتدا یک خودروی بمبگذاری شده را مقابل دفتر این موسسه واقع در شهرن کابل منجمر کرد و پس از آن دیگر مهاجمان با وود به ساختمان، با تیروهای امنیتی درگیر شدند. وزارت کشور افغانستان گفت:با ورود نیروهای ویژه پلیس به صحنه درگیری، پس از شش ساعت مهاجمان طالبان به هلاکت رسیدند ۲۰۰ نفر از کارمندان موسسه «کاتولیک‌پارت»، نیز زینات یافتند. در این حال،مایک پمپئو» وزیر خارجه-آمریکادر واکنش به حمله طالبان به یک

روسیه: تحریم محصولات فلزی ایران را قاطعانه محکوم می کنیم

صحبث با آنها هستیم. وزیر امور خارجه آمریکا: به دنبال جنگ نیستیم

به دنبال آن وزارت امور خارجه آمریکا با انتشار بیانیه‌ای با ادعای این که ایران در چند هفته اخیر اقدامات و اظهاراتی تهدیدآمیز داشته است اعلام کرد که پاسخ این کشور و متحدان و شرکای آن واضح است که به دنبال جنگ نیستند «آما باید از خودشان دفاع کنند».وزارت امورخارجه آمریکا در ادامه مطرح کرد: ۴۰سال کشتار سربازان آمریکایی، حمله به اماکن آمریکایی و گروگانگیری یادآور این است که باید از خودمان دفاع کنیم.بر این بیانیه با تکرار تهدیدات گذشته دولت آمریکا آمده است: حکومت در تهران باید بداند که هر حمله‌ای علیه منافع آمریکا یا شهروندان آن توسط خود

عراق بخشی از تحریم های ضد ایرانی نخواهد بود

رواکنش به اتفاقات اخیر،نخست وزیر عراق هم خطاب به سفراى سه کشور اروپا در بغداد برای چندین بار موضع کشورش مبنی بر این که بغداد بخشی از نظام تحریم های آمریکا علیه ایران نخواهد بود، تکرار کرد. عادل عبدالملکی گفت: تأکید اراد داشتن روابط و همکاری با همه همسایگان و کشورهای عربی و منطقه و از جهان از جمله آمریکا و ایران است.فرهیمین حال، سفیر عمان در واشنگتن گفت: اگر ایران و آمریکا بر مؤثر بودن مناسبتجاری خود باور داشته باشند، شمرط برای حل آن طرف دماذگی دارد. ژاين هم با در نظر گرفتن اقدام ایران برای کاهش سطح تهدات برجامی خود اعلام کرد که به خواهاه با گر گيری روابط بربرنه ايران با ايران ابرای صلح و جهان از منطقه ای است و به گفته یک منبع آگاه در وزارت امور خارجه این کشور، ژاين می‌تواند میان آمریکا و ایران میانجیگری کند.

مذاکرات معارضان با شورای نظامی سودان به بن‌بست رسید

خودهمجان آماده هستند.در همین حال برخی منابع در ادامه تحصن سازمان سودانی مقابل مقر فرماندهی ارتش سودان در «خارطوم»، پایتخت، با خبر انتقال قدرت به غیرنظامیان در این کشور خبر دادند. همزمان، «فرحان حق» سخنگوی سازمان ملل متحد در سخنانی هم طرف‌های طرفین را به تلاش برای تضمین اتمام مسالمت‌آمیز قدرت و تحقق خواسته‌های ملت‌اعم از دموکراسی و توسعه‌فرارخواند. «جان السیلاوان» معاون وزیر خارجه آمریکا نیز در سخنانی تلفنی با «عبدالفتاح البرهان»، رئیس شورای نظامی انتقالی سودان، بر ادامه گفتگوهای این شورا با معارضان برای پایان دادن به اختلافات تأکید کرد.

تهاجمی، تروویست های داعش در سبک تاز، سر هشت تن از اعضای جابیتی عراقی را در محصل» پس از این جنایت تازه داعش، شنستی بریزند.یک منبع خبری تصریح کرد: داعش به منزلی در منطقه «الکراره» در این کشور بر گزار کرد. «اصحاح الحیدر الجبار الصباح» امیر کویت نیز در ایمانی به «برامج صبح» رئیس جمهوری عراق ضمن محکوم کردن انفجار تهاجمی در شهرک شیعیه نشین «اصدر»، بغداد، قربانی شدن شماری از شهروندان عراقی در این حادثه را تسلیت گفت.

در همین راستا-با وقوع یک انفجار تهاجمی در منطقه «جیمبله» واقع در شهرک شیعیه نشین-اصدر این شهر خبر داد.این فرماندهی اعلام کرد: عامل انفجاری خود را در نزدیکی بسازاری در منطقه «جیمبله» به هنگام محاصره نیروهای امنیتی منجمر کرد که بر اثر این انفجار، هشت تن کشته و ۱۰ نفر دیگر نیز زخمی شدند.داعش در بیانیه ای مسئولیت این حمله تهاجمی را بر عهده گرفت. از طرفی، همزمان با این حمله

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد. منابع عراقی از وقوع یک حمله تهاجمی در شهرک شیعیه نشین «صدر» عراق، پس سبر گزارش بازرس راپرت تهاجمی در شهرک شیعیه نشین «صدر» بغداد، پایتخت این کشور خبر دادند که هشت کشته و ۱۰ زخمی بزرگ شد. ناگذاشته است.فرماندهی عملیات بغداد

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و تشدید حمایت های پنهانی آمریکا از این گروه تروریستی، بر این اوضاع امنیتی این کشور بحران زده را وارد فاز تازه ای کرد.

سرویس خارجی : حملات تروویستی پرانکنده بقایای داعش در شهرهای مختلف عراق پس از تداوم و



۵

غذای تند بخورید
تا سالم تر بمانید



۷

لکنت زبان کودکان
در سنین پیش از مدرسه



شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸
سال نود و سوم - شماره ۲۷۲۷۸

۴۰۳

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

چطور سفره ساده افطاری بیندازیم؟





چطور سفره ساده افطاری بیندازیم؟

• یگانه خدای

نیاز دارید روی کاغذ بنویسید و با فهرست خرید این کار را انجام دهید. بدون فهرست خرید ممکن است هرچه به چشمتان می خورد بخیرید بدون اینکه بدانید واقعا به چه چیزهایی نیاز دارید. صرفه جویی در زمان و حذف بیهوده چرخیدن در بازار یکی دیگر از فواید داشتن فهرست خرید است.

خوراکی های سالم و کم هزینه

حتما شنیده اید که افطاری های سنگین و پر کالری چقدر به جسم آسیب می زند. به گفته پزشکان و متخصصان تغذیه وعده افطار باید کم کالری بوده و خاصیت هضم آسان داشته باشد.

خوردن چند خرما، سوپ های ساده اما مقوی، سالاد در وعده افطار، خوردن میوه یا آجیل های خام و بادام زمینی که سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳ است در فاصله افطار تا شام به جای خوردن شیرینی هایی مثل زولبیا و بامیه هم توصیه شده است.

با این کار هم ویتامین های لازم را به بدنتان می رسانید و هم تشنه نمی شوید و هم در پایان ماه رمضان با مشکلات گوارشی و افزایش وزن روبه رو نمی شوید.

پس بهتر برای اینکه سفره افطارتان هم کم خرج باشد هم ساده اما مناسب و مقوی می توانید خوراکی هایی مثل رول نان و پنیر و سبزی، عدسی، فرنی، خاگینه و شامی تهیه کنید که هم زمان کمی برای آماده سازی آنها لازم است و هم کم خرج ترند.

یک راه دیگر هم دارید. یک سفره بزرگ بیندازید اما کم خرج مدتی است که رسم خوبی در محله های مختلف باب شده و سفره های افطاری در مساجد یا در قالب ایستگاه های صلواتی انداخته می شود و همه اهالی محله هم در آن شرکت می کنند.

می توانید بخش کمی از هزینه این سفره را بپردازید و در ثواب آن سهیم شوید و افراد زیادی هم میهمان این سفره شوند. ضمن اینکه به ترویج افطاری ساده هم کمک کرده و با این کار در واقع هر طوری که حساب کنید برنده شده اید.

افطار با خرج کم و کار کم

اگر دوست دارید هم ثواب افطاری را ببرید و هم دختلتان با خرجتان بخواند و مجبور نشوید از خرج های دیگر تان بزنید تا سفره افطاری بیندازید. ابتدا باید خودتان را راضی کنید که از تجملات بگذرید و باور کنید که بدون آن زرق و برق های تازه مد شده هم می توان یک میهمانی خوب و خودمانی و دوستانه داشت.

با این کار می توانید تعداد بیشتری از روزه داران را میهمان کنید و ثواب بیشتری ببرید. یادتان باشد که وقتی شما در چرخه تجملات بیفتید، دیگران را هم ناخودآگاه وارد این چرخه می کنید و به جای اینکه با افطاری دادن باعث ثواب شوید، اسراف را به فامیل و آشنایان خود آموزش می دهید. علاوه بر خرج و مخارج فرصت کم آماده کردن خانه و غذاها برای افطاری هم کار سختی است.

مخصوصا برای زنان شاغل. اما لازم نیست برای یک میهمانی ساده افطار خانه تکانی کنید با تمیز کاری های ساده و معمولا هم می توانید میهمانی را ترتیب دهید و زمان زیادی هم به این کار اختصاص ندهید. بی خیال شستن سر و روی خانه به طور کامل شوید. چیزهایی که معمولا به چشم هیچ میهمانی نمی آید!

اگر شاغل هستید می توانید بعضی کارها را از قبل انجام دهید و همه چیز را به روز میهمانی و چند ساعت مانده به افطار موقوف نکنید. مثلاً بخشی از غذاها را از شب قبل آماده کنید.

مثلا نخود و لوبیای آش را خیس کنید و بگذارید که روی گاز بپزد یا شله زرد یا فرنی، حلوا را هم از یک شب قبل آماده کنید و برای میهمانی کنار بگذارید. خریدها را هم روز قبل انجام دهید تا با عجله و استرس این کار را انجام ندهید و زمان کافی برای آماده کردن سفره داشته باشید.

هنگام خرید برای اینکه زیاد خرج نکنید هرچه نیاز دارید و البته واقعا

ماه رمضان است و افطاری هایش. رسمی زیبا و دوست داشتنی که ماه رمضان را رنگین تر می کند ولی در این دوره و زمانه و این گرانی ها شاید خیلی ها تصمیم بگیرند دیگر افطاری ندهند و سفره افطاری نیندازند. اما افطاری دادن ثواب زیادی دارد و راه هایی وجود دارد که هم از ثواب افطاری دادن بهره مند شوید و هم زیاد به خرج نیفتید. یادتان باشد که همیشه برای دورهمی ها مخصوصا دورهمی های ماه رضانی می شود بدون تجمل میزبان شد.

رسم های من در آوردی!

بر اساس آنچه در احادیث آمده: هر کسی مومن روزه داری را در ماه رمضان افطاری دهد، ثواب آزاد کردن بنده را می برد و گناهانش آمرزیده می شود. ضمن اینکه در ثواب روزه داری میهمانش هم شریک است.

امادر مقابل یک حساب سرانگشتی از خوراکی هایی که معمول است و باب شده سر سفره های افطاری باشد شاید تن مان را بلرزاند. از زولبیا و بامیه تا خرما و حلوا و شله زرد و شامی که معمولا چند غذا دارد. چند سالی است سفره های افطاری تجملاتی آنچنان مد شده که بعضی ها به نظرشان می رسد باید حتما سفره افطاری شان شبیه همان ها بوده و چیزی هم کم نداشته باشد.

مخصوصا اینکه هر روز ماه رمضان بالاخره کسی پیدا می شود از سفره افطاری آنچنانی اش عکسی در اینستاگرام به اشتراک بگذارد. البته فقط سفره افطاری خانگی هم نیست.

دیگر دادن میهمانی افطار در رستوران ها یک کار مرسوم شده. منوهای خاص رستوران ها برای این ماه آنچنان نجومی و گران قیمت است که دیگر کمتر شباهتی به واقعیت دارد. هر سال هم یک خوراکی و شکل ارائه خاص به این منوها اضافه می شود.

همه اینها باعث می شود که خیلی ها با ناراحتی سفره افطاری را از برنامه شان حذف کنند.

یک تکه آسمان

خدایا

همچنان که در هر شب از شب های ماه مبارک (رمضان) بندگانی داری که با بخششت آنان را آزاد می کنی، یا با گذشت ایشان را می بخشی، ما را از آن بندگان قرار ده، و ما را برای ماه رمضانمان از بهترین اهل و یاران محسوب کن.

خدایا بر محمد و آلش درود فرست، و همراه با به سر آمدن ماه رمضان گناهان ما را به سر بر، و با سپری شدن روزهای پایانی پی آمدهای گناهانمان را از ما برگیر، تا در حالی از ما بگذرد که ما را از خطاها و لغزش ها خالص نموده، و از گناهان پاک فرموده باشی.

خدایا... چنانچه ما در این ماه منحرف شویم تو تعدیلمان کن، و اگر از راه درستی بگردیم تو استوارمان ساز، و اگر دشمنت شیطان بر ما مسلط گردد تو ما را از او رهایی ده.

دعای چهل و چهارم صحیفه سجاده

... تئاتر

چیزی شبیه زندگی

عمارت نوفل لوشاتو این روزها در سالن شماره ۲ خود میزبان نمایش «چیزی شبیه زندگی» است که از ۱۵ اردیبهشت ماه روی صحنه رفته و تا ۳۱ اردیبهشت هر شب ساعت ۲۱:۳۰ اجرا دارد. این نمایش کاری است به کارگردانی امیر کلهری پور که بر اساس نمایشنامه ای از حسین پناهی ساخته شده است.



داستان این نمایش، مربوط به پایان نامه دانشجویی است که در طول زندگی خود سختی های زیادی را لمس کرده و در روند کار کردن پایان نامه او، مادرش فوت می کند. این اتفاق باعث آشفتگی ذهن کارگردان و تأثیرش در اجرا می شود.

در این نمایش بازیگرانی مثل حمید رضا معدنکن، منصور صوفی، نسا یوسفی، سحرناز عباس زاده، عطیه ترابی، سحر آقاسی، کیمیا گیلانی، محمد موحی نیا، شیدا مقدری، نگین صدر، بهار صبوریان، سارا شاهمادی، کیانا بخشی، فاطمه نوری، امین آقایی، زینب هرمزی، دنیا پهلوانی نقش آفرینی می کنند. نمایش «چیزی شبیه زندگی» ۷۰ دقیقه زمان دارد و قیمت بلیت آن ۳۰ هزار تومان تعیین شده است.

پیشنهاد هفته

شب های ماه مبارک رمضان فرصت خوبی است که بعد از ساعت ها روزه داری، با عزیزانتان گشت و گذاری در شهر داشته باشید و اوقات فراغت شبانه تان را پر کنید. ما هم برای شما پیشنهادهایی داریم که خواندنشان خالی از لطف نیست.



ثانیه‌ها

● بهادر چاقری

راستین قبل از گذاشتن اولین قدم روی پله برقی، کمی مکث کرد. به نور سبز رنگی که زیر پله‌ها قطع و وصل می‌شدند خیره شد. بعد از آنکه چند نفری از کنارش رد شدند، به خودش آمد. چند پله بالاتر دختری را دید که نوک موهای طلایی اش از زیر شالش معلوم بود.

همانطور که پله‌ها بالا می‌رفتند، رگه‌های آفتاب از نمای شیشه‌ای ساختمان روی صورت اش افتاده بود. راستین خودش را از روی پله‌ها کند و بدون آنکه توجهی به تبلیغ فیلم‌های روی دیوار کند، از بین مردمی که در سالن انتظار بودند رد شد و جلوی صفحه نمایش ایستاد.

نگاهی به اسم فیلم‌ها انداخت و از بین اعداد، دنبال نزدیک‌ترین زمان برای شروع سانس گشت. یکی شان را انتخاب کرد.

در سمت راست سالن دو باجه بلیط فروشی بود. یکی از آنها خالی بود و پشت آن یکی، دختر کوچک اندامی نشسته بود. اونیفرم مشکی به تن داشت و هر چند وقت یکبار، عینک گرد روی سرش را بالاتر می‌برد. نوبتش که شد، دختر بدون آنکه نگاهش کند گفت: چندتا؟

راستین که سایه‌ای مبهم از تصویر خودش را در شیشه عینک بالا سر دختر می‌دید، گفت: یکی.

بلیط را که گرفت، برگشت و روی یکی از صندلی‌ها نشست. ساعتش را از زیر آستین کت به بیرون سر داد. به ترکیب عقربه‌ها نگاه کرد و ثانیه‌ها را پیش خودش می‌شمرد.

چشم‌هایش بین جمعیت سالن می‌چرخید. مردم همان حالت مردم را داشتند. به این ور آن ور می‌رفتند و بعضی دیگرشان در جمع‌های کوچک چند نفره، مدام حالت دهان شان عوض می‌شد.

راستین متوجه حضور کسی در کنارش شد. مرد میانسال همانطور که شال گردنش را مرتب می‌کرد، بهش لبخند زد. کمی که گذشت، دختر مو طلایی از بین جمعیت سالن خودش را به مرد میانسال رساند و کنارش نشست. مرد با گوش‌های گوشت آلود و موهای کم پشتش به عقب تکیه داد و به دختر نزدیک‌تر شد.

راستین نگاهش را از آن‌ها گرفت و چشم‌هایش را بست. دست‌های عرق کرده اش را با شلوارش پاک کرد. مثل بار آخری که بیرون از کافه منتظر آیسان ایستاده بود... حرکت برگ‌های زرد روی پیاده رو را دنبال می‌کرد.

آیسان که آمد، پله‌های کافه را که بالا می‌رفتند، راستین به نوک موهای طلایی اش که روی پالتویش می‌رقصیدند خیره شده بود. وارد کافه که شدند، پیش خدمت به سمت شان رفت و گفت: دو نفر هستید؟

آیسان جوابش را نداد و به سمت میز رفت. راستین همانطور که به دنبالش می‌رفت؛ به پیش خدمت گفت: بله دو نفر.

پشت میز نشستند. راستین خیلی وقت بود که چهره اش را بدون خنده ندیده بود. خنده‌ای که مثل موجی، از تو چشم‌هایش شروع می‌شد و می‌ریخت روی گونه‌هایش و روی لیش آرام می‌گرفت. راستین گفت: چی بخوریم؟

آیسان گفت: نمی‌دونم. فرقی نمی‌کنه. من تاحالا این موقع اینجاها نیومده بودم.

- صبحانه انگلیسی‌هاش خوبه، همیشه همینو سفارش می‌دم. آیسان چیزی نگفته و به بیرون خیره شده بود. نه آفتابی بود و نه ابری. هوا تاریک و روشن بود. در سالن انتظار، جمعیت کمی بیشتر شده

بود و موسیقی در حال پخش بود. مرد میانسال همانطور که پاهایش را روی هم انداخته بود، با دختر صحبت می‌کرد. راستین روی صندلی جا به جا شد و آرنجش را روی زانو گذاشت. صدای حرف زدن مردم بلندتر شده بود. دوباره چشم‌هایش را بست و آرام با آهنگ زمزمه کرد: «تا بهار دل نشین... آمده سوی چمن...»

پیش خدمت کافه، کنار میزشان ایستاده بود و خودش را با دفترچه توی دستش سرگرم کرده بود. پیش خدمت تکانی به خودش داد و گفت: ببخشید، انتخاب کردید؟

راستین چیزی نگفت. آیسان گفت: همون انگلیسی رو سفارش بده.

پیش خدمت سفارششان را گرفت و رفت. راستین گفت: به دونش قشنگ دو نفر رو سیر می‌کنه.

آیسان به پیشخوان نگاه کرد. راستین گفت: چی می‌خوای؟ با چشم‌هایش دنبال پیشخدمت می‌گشت. پسر را صدا زد و گفت: یک لیوان آب. با یخ.

راستین گفت: خوب نیست آدم سر صبح چیز سرد بخوره. آیسان چیزی نگفت. گوشه‌ای اش را از کیف اش بیرون آورد و به صفحه اش نگاه کرد. دوباره همان موج همیشگی در چهره اش راه افتاد. صدای آهنگ در سالن انتظار قطع شد و صدایی شروع نمایش فیلم را اعلام کرد.

مردم به سمت ورودی سالن‌ها می‌رفتند و صدای قدم‌های شان در فضا پخش می‌شد. دختر و مرد میانسال تکانی به خود دادند و راستین قبل از آن‌ها بلند شد و برخلاف جمعیت از پله‌های سالن انتظار پایین رفت، بلیط را داخل جیب اش مچاله کرد و از ساختمان خارج شد.

... گشت و گذار

چشمه کانی گراوان



چشمه کانی گراوان یکی از جاذبه‌های مهم گردشگری شهرستان سردشت است که در فاصله ۲ کیلومتری شهرستان ربط و ۱۲ کیلومتری شمال شرقی شهرستان سردشت واقع شده است.

کانی گراوان از چشمه‌های آب معدنی است که اصلاح محلول در آن حداقل یک گرم در لیتر است،

چشمه در کنار روستایی به نام کانی گوین در جنوب شرق حوضه زاب قرار گرفته که آب جوشان از آن بیرون می‌آید، در کل این چشمه معدنی و گازدار است و حتی در امور پوست درمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

آب چشمه پس از جریان در سطح زمین از خود موادی برجای می‌گذارد و به دنبال آن روز به روز بر حجم توده مخروطی شکل و زیبای آن افزوده می‌شود. چشمه گراوان علاوه بر این ویژگی‌های منحصر به فرد در طبیعتی زیبا و کنار رودخانه هرمرآباد واقع است.

توده‌ای زیبا از جنگل‌های بلوط و چشمه پر آب کانی گردان نیز در نزدیکی آن قرار دارند.

... کتاب

زندگی مشترک جرأت می‌خواهد

کتاب «زندگی مشترک جرأت می‌خواهد» نوشته فردریک فانزه روانپزشک فرانسوی است که توسط انتشارات شمعدونی منتشر شده است.

این کتاب روانشناسی حاصل بیش از سی سال تجربه نویسنده است که در جلسات متعدد زوج درمانی و مشاوره به دست آمد. نویسنده کتاب معتقد است که چهارپایه اصلی زندگی زناشویی براساس تعهد، کیفیت



ارتباط، ارزش‌های مشترک و رابطه جنسی شکل می‌گیرد. او در این کتاب کاربردی هر کدام از این موارد را با مثال‌هایی واقعی و عینی توضیح می‌دهد و برای هر کدام از آنها راه‌حلی ارائه می‌دهد.

فردریک فانزه در این کتاب به زوج‌هایی که در رابطه با یکدیگر مشکل دارند کمک می‌کند تا با استفاده از هنر گفتگو و انتخاب کلمات درست بتوانند مشکلاتشان را با یکدیگر حل کنند و یا کاهش دهند.

کتاب «زندگی مشترک جرأت می‌خواهد» را محیا احمدی پور از فرانسه به فارسی برگردانده است. این کتاب در تیراژ هزار نسخه در ۳۲۰ صفحه با قیمت ۳۹۰۰۰ تومان منتشر شده و به پیشنهاد کتابفروشی‌ها راه یافته است.

... پیشنهاد سر آشپز

خورش کنگر

کنگر یکی از سبزیجات بهاره لذیذ و سرشار از ویتامین است که در آشپزی ایرانی جایگاه خاصی دارد. قسمت مورد استفاده این سبزی ساقه آن بوده (مانند کرفس) که پس از جدا کردن تیغ‌ها و کمی تفت دادن در روغن می‌تواند برای طبخ خورش به کار رود. خورش کنگر می‌تواند یک سحری مقوی یا افطاری خوشمزه و لذیذ برای شما باشد.

• مواد لازم:

گوشت خورشی	۲۰۰ گرم
پیاز	یک عدد متوسط
نعناع و جعفری	نیم کیلو
کنگر	نیم کیلو پاک کرده
لوبیا قرمز	یک استکان پر
آبغوره	نصف لیوان
نمک و زردچوبه و فلفل	به میزان لازم

• طرز تهیه:

سبزی‌ها را کمی تفت بدهید و لوبیا را از قبل نیم پز کرده و آب آن را خالی کنید و کنار بگذارید. در ظرف دیگری پیاز را نگینی ریز خرد کرده و با دو قاشق روغن تفت دهید. گوشت را در پیاز کمی تفت داده و زردچوبه را اضافه کنید و با دو سه لیوان آب و لوبیای نیم پخته، بگذارید برای یک ساعت و نیم بپزند. در همان اوایل پخت سبزی تفت داده شده را داخل گوشت و لوبیا بریزید و اجازه دهید خورش جا بیفتد. کنگرها را که قبلا خوب پاک کرده و تیغ‌های آن را گرفته اید، با دوسه



قاشق روغن و کمی زردچوبه برای ۵ تا ۱۰ دقیقه تفت دهید. و بعد از یکساعت و نیم که از پخت خورش گذشت، به آن اضافه کرده و نمک و فلفل خورش را اندازه کنید. کنگر یک ساعت برای پخت زمان نیاز دارد. در پایان پخت، آبغوره را به خورش اضافه کرده و آن را سرو کنید.

... دنیای شیرین

فرنی خرمایی

خرما به عنوان یک ماده مغذی و پرکالری بهترین خوراک روزه داران است. اگر می‌خواهید سفره افطارتان را با یک دسر گرم و لذیذ و مقوی رنگین‌تر کنید، ما فرنی خرمایی را به شما پیشنهاد می‌کنیم.

• مواد لازم:

برنج نیم دانه	نصف پیمانه
خرما بی هسته	۱ پیمانه
شیر	۱ لیوان
شکر	نصف پیمانه
گلاب یا هل	به میزان دلخواه
پودر گردو	به میزان دلخواه

• طرز تهیه:

برنج نیم دانه را در آب خیس کرده و نصف روز به حال خود بگذارید. خرما و شکر را به آب برنج اضافه کرده و همه مواد را در مخلوط کن بریزید و اجازه دهید به خوبی میکس شوند تا اثری از خرده‌های مواد باقی نماند.

مایه را در یک قابلمه بریزید و روی شعله ملایم گاز قرار دهید. سپس آن را هم بزنیید تا ته نگیرد. در حین پخت، گلاب یا هل را به میزان دلخواهتان اضافه کنید.

می‌توانید به جای این عطر دهنده‌ها، نصف قاشق چای خوری سر خالی پودر وانیل بریزید. یک ربع بعد،

شیر را به مواد اضافه کرده و وقتی فرنی غلیظ شد آن را از روی شعله بردارید و در ظرف سرو بریزید و با پودر گردو تزیین کنید.

• نکته:

فرنی باید گرم یا ولرم خورده شود اما اگر فرنی اضافه آمد می‌توانید آن را در یخچال نگه داشته و به عنوان یک دسر سرد استفاده کنید.

به جای برنج نیم دانه می‌توانید از آرد برنج استفاده کنید. در آن صورت باید آرد را با آب سرد مخلوط کرده و هم بزنیید و مراقب باشید گلوله گلوله نشود.

می‌توانید شکر را از دستور حذف یا عسل را جایگزین آن کنید.



... رژیمی

کوکوی سویا

معمولاً در سفره‌های افطار، کوکو و کتلت پای ثابت هستند. اگر رژیم غذایی خاصی دارید که مصرف گوشت و مرغ را محدود می‌کند، کوکوی سویا و سیب زمینی را امتحان کنید و از طعم لذیذ و ترد آن لذت ببرید.

• مواد لازم:

سویا	۳ لیوان
تخم مرغ	۳ عدد
پیاز	۱ عدد
جعفری	۴ قاشق غذاخوری
سیر	۴ حبه
زردچوبه، نمک، فلفل	به میزان لازم
آرد سوخاری	۲ قاشق غذاخوری
سیب زمینی	۱ عدد بزرگ

• طرز تهیه:

سویا را به مدت نیم ساعت در شیر یا آب خیس کنید سپس آنها را آبکش کرده و کاملاً با دست فشار دهید تا خشک شوند. سیب زمینی خام و پیاز را رنده کنید و آب‌شان را بگیرید. سیرها را هم رنده کنید و همگی را با سویا مخلوط کرده و ادویه‌ها را بیفزایید. آرد سوخاری و تخم مرغ‌ها را کم به مایه کوکو اضافه کنید و آنقدر ورز دهید تا مایه‌ای یکدست با چسبندگی مناسب حاصل شود.

سپس از مایه کوکو به اندازه یک گردو برداشته و بعد از پهن کردن در دستتان، در روغن داغ سرخ

کنید. اگر می‌خواهید کوکوی شما روغن کمتری برای سرخ کردن استفاده کند، همه مایه کوکو را در تابه ریخته و سطح آن را صاف کنید. وقتی یک طرف کوکو سرخ شد آن را برگردانید و طرف دیگر را سرخ کنید.

• نکته:

به جای آرد سوخاری می‌توانید از آرد نخودچی استفاده کنید. در صورت تمایل یک عدد هویج پخته به مایه کوکو اضافه کنید.

می‌توانید به جای سیب زمینی خام، از سیب زمینی پخته استفاده کنید اما در آن صورت روغن بیشتری جذب کوکوها می‌شود.



غذای تند بخورید تا سالم تر بمانید

تند را به آن می‌بخشد، می‌تواند توانایی بدن برای تبدیل چربی سفید به چربی قهوه‌ای را افزایش دهد. چربی قهوه‌ای به عنوان «چربی هوشمند» در نظر گرفته می‌شود و می‌تواند به بدن در سوزاندن کارآمدتر کالری‌ها نسبت به چربی سفید کمک کند. همچنین با استفاده از فلفل قرمز می‌توانید سوخت بدن خود را بالا نگه دارید. هرچند این ادویه به تنهایی نمی‌تواند جایگزین ورزش منظم باشد. اگر می‌خواهید متابولیسم بدن خود را تمام روز بالا نگه دارید، با تمرینات و ورزش‌ها قدرت و توده عضلانی خود را تقویت کنید. علاوه بر این، کپسایسین می‌تواند به تنظیم سطوح قند خون کمک کند. افزودن فلفل به غذا از افزایش بیش از اندازه قند خون پس از صرف یک وعده غذایی پیشگیری می‌کند. این شرایط به ویژه برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ می‌تواند مفید باشد.

غذاهای تند فقط خوشمزه نیستند بلکه مفیدتر هستند و سلامت و تناسب اندام شما را هم تضمین می‌کنند. محققان می‌گویند غذاهای تند برای سلامت قلب مفید هستند و کسانی که به خوردن غذاهای تند و پر ادویه عادت دارند، عمر طولانی تری خواهند داشت. پژوهشگران دانشگاه ورمونت طی یک بازه زمانی بیش از شش سال و بررسی شرایط ۱۶ هزار و ۱۷۹ شهروند آمریکایی دریافتند، خطر مرگ ناشی از بیماری قلبی یا سکته مغزی در سوزنده‌هایی که حداقل یک بار در ماه فلفل‌های تند مصرف می‌کردند، ۱۳ درصد کمتر بوده است. علاوه بر این، پژوهشگران می‌گویند مردانی که به مصرف غذاهای تند تمایل دارند و تندی غذای خود را با افزودن فلفل یا سس‌های تند افزایش می‌دهند، از سطوح تستوسترون (هورمون مردانه) بالاتری برخوردار هستند. غذای تند می‌تواند به کاهش وزن کمک کند و نتایج مطالعه انجام گرفته روی موش‌ها نشان داد که کپسایسین، ترکیبی در فلفل که مزه



تسکین سردرد بدون دارو

سردرد مشکلی بسیار شایع است که اغلب برای درمانش دست به دامان مسکن‌ها می‌شویم. اما بدون مسکن خوردن هم می‌توانید سردردتان را تسکین دهید. اگر زیاد دچار سردرد می‌شوید باید دور شکلات، شکر، نمک، کافئین، چربی و غذاهای سرخ شده را خط بکشید. درست است که کافئین روی رگ‌های خونی اثر می‌گذارد و سردرد میگرنی را برطرف می‌کند اما مصرف بیش از حد آن فرد را معتاد به آن می‌کند به این معنی که اگر مصرف نکند دچار سردرد شدیدی می‌شود. هرگز غذا را دیر وقت یا در حال استرس و راه رفتن نخورید. از خوردن غذاهای پر چاشنی و پر نشاسته پرهیز کنید.

هر ۴ ساعت ۱ بار یک لیوان آب هویج تازه بنوشید تا سردرد شما برطرف شود. یک چای گیاهی ویژه درست کنید. برای این کار: ۲ قاشق غذا خوری گل داوودی، دانه‌های پرک هندی و نعناع را در ۴ فنجان آب بریزید و ۱۵ دقیقه بجوشانید. از این چای روزی ۳ مرتبه بنوشید. سوسنبر، بابونه، گالتری و گل ساعتی از دیگر داروهای گیاهی مفید برای سردرد هستند. با پیاده روی آرام از سردرد جلوگیری کنید. پیاده روی در هوای تازه جریان خون و اکسیژن به سوی مغز را تحریک می‌کند. پس زمانی که احساس سردرد می‌کنید ۱۰ دقیقه قدم بزنید و به طور عمیق نفس بکشید.



رابطه طول عمر و عضلات قوی

محققان برزیلی اعلام کردند هر قدر قدرت عضلانی فرد بیشتر باشد طول عمرش هم بیشتر خواهد بود. قدرت به توانایی تولید نیرو و سرعت و هماهنگی حرکت‌ها بستگی دارد و در واقع میزان کار انجام شده در واحد زمان نشان دهنده قدرت است. با یافتن بهترین ترکیب سرعت و وزن می‌توان قدرت عضلات را تقویت کرد و در واقع می‌توان گفت هر اندازه قدرت بدنی، یعنی توانایی برداشتن بار سنگین، بیشتر باشد طول عمر فرد نیز بیشتر خواهد شد. قدرت عضلات انسان پس از سن چهل سالگی به تدریج کاهش پیدا می‌کند ولی خبر خوب آنکه می‌توان با تمرین‌های ورزشی مناسب، قدرت عضلات را تقویت کرد. محققان برزیلی با بررسی بر روی ۳ هزار و ۸۷۸ فرد غیر ورزشکار که بین ۴۱ تا ۸۵ سال داشتند قدرت عضلانی آنها را بین سال‌های ۲۰۰۱ تا ۲۰۱۶ مورد بررسی قرار دادند. آنها مشاهده کردند کسانی که قدرت عضلانی بیشتری دارند عمری طولانی‌تر خواهند داشت. بنابراین توصیه می‌کنند ورزش‌های بیشتری برای تقویت عضلات بالا تنه و پایین تنه انجام دهید و از بلند کردن دمبل، هالتر و وزنه‌های بدنسازی برای این کار بهره ببرید.



ماسک‌های خطرناک خانگی

توصیه می‌شود اما ممکن است به جای درخشان شدن پوستتان با قرمزی و حساسیت شدید رو به رو شوید. دارچین آنتی اکسیدان و خواص ضد باکتریایی بالایی دارد و در درمان زخم استفاده می‌شود، اما جزو یکی از آلرژی‌زاترین مواد خوراکی است حتی اگر آلرژی خوراکی به دارچین نداشته باشید امکان دارد در اثر تماس سطح وسیعی از پوست با این ادویه دچار آلرژی پوستی، التهاب، سوختگی، قرمز شدن، خارش و ایجاد کهیر شوید. استفاده از سرکه سیب بر سطح پوست بدون رقیق کردن آن نیز می‌تواند سبب واکنش‌های آلرژیک شدید در افراد شود؛ سرکه سیب دارای اسید بسیار قوی است و می‌تواند آسیب شدید به پوست صورت برساند. از این ماده نباید بر روی سطح آسیب دیده پوست استفاده شود، زیرا می‌تواند سبب تحریک پوستی، سوختگی و آسیب شدید شود. این ماده حتی می‌تواند سبب آسیب و التهاب چشم و قرنیه شود به همین دلیل توصیه می‌شود افراد از این ماده برای رفع مشکل‌های پوستی خود استفاده نکنند.

برخی افراد به لیموترش بسیار جدی است. یادتان باشد بدون رقیق کردن لیموترش با آب یا موادی چون آلوئه ورا از این ماسک بر روی پوست خود استفاده نکنید زیرا درمان سوختگی پوست با لیموترش می‌تواند از یک هفته یا چند ماه به طول انجامد. استفاده از دارچین هم برای ایجاد درخشندگی و رفع لکه‌های پوستی



خیلی از خانم‌ها برای داشتن پوستی زیبا و بدون چین و چروک سراغ ماسک‌های خانگی می‌روند که با مواد طبیعی موجود در آشپزخانه تهیه می‌شوند. اما این ماسک‌ها هم می‌توانند مثل ماسک‌های شیمیایی مضر و حتی در مواردی خطرناک باشند. از جمله مواد طبیعی خطرناک برای پوست، ماسک با استفاده از سفیده تخم مرغ است؛ بسیاری از افراد سفیده تخم مرغ را بر سطح پوست خود می‌گذارند تا پوستی سفت و درخشان داشته باشند. یافته‌های محققان نشان می‌دهند در صورت آلودگی تخم مرغ خام به سالمونلا، امکان سرایت آن به دهان به دلیل استفاده از ماسک در کل صورت وجود دارد. همچنین در صورت وجود آکنه، زخم یا خراشیدگی بر سطح پوست تخم مرغ آلوده به سالمونلا می‌تواند سبب ورود عفونت به درون بدن شود. ماسک‌های گیاهی با استفاده از آب لیموترش نیز می‌تواند سبب ایجاد واکنش، حساسیت شدید پوستی، ایجاد التهاب و حتی در مواردی سوختگی درجه دو در پوست افراد شوند؛ واکنش سیستم ایمنی بدن



زندگی بایک فرد خودشیفته

خاصشان ستایش هم بشوند. آنها دوست دارند که مرکز رابطه باشند و به فرد همراهشان که می‌تواند دوست، همسر و... باشد، به عنوان ادامه خودشان نگاه می‌کنند.

این افراد به شدت نکته سنج و ایرادگیر هستند. به عبارتی در هر شرایطی یک عیب و ایرادی را شناسایی و شروع به غر زدن می‌کنند. برای همین انتظارات این افراد در رابطه‌هایشان بسیار غیرمنطقی و افراطی است. مثلاً انتظار دارند که در هر کاری توسط همسرشان تشویق شوند و ابراز عشق‌شان به گونه‌ای باشد که فقط خودشان می‌پسندند و تعیین می‌کنند. اگر در غیر این صورت باشد رابطه‌شان را به هم می‌زنند. این افراد دوست ندارند «نه» بشنوند و اغلب از دیگران انتظار دارند که بدون هیچ پرسشی نیازهای آنها را شناخته و تأمین کنند. همچنین خودشیفته‌ها دیگران را دستکاری می‌کنند تا آنها را وادار کنند که در مسیر مورد نظر آنها حرکت کنند و اگر هم کسی به دلخواه آنها رفتار نکند، یا او را تنبیه می‌کنند و یا طوری رفتار می‌کنند که او احساس گناه کند. جالب است بدانید اگر شما مطیع این افراد باشید و هر کاری که آنها گفتند را انجام بدهید، بلاخره آنها بهانه‌ای دارند که از شما ایراد بگیرند و متهم به بی‌عرضگی و ناکافی بودن، شوید. برای همین است که شریک و دوستان این افراد معمولاً احساس گناه دارند.

نمی‌دانم در این روابط بوده‌ای یا نه. اما کسانی که با افراد خودشیفته رابطه دارند، همیشه از میزان صمیمت خودشان با این افراد دچار تردید هستند و دائم از آنها می‌پرسند که صمیمیت‌شان واقعی است یا ساختگی. همسران و دوستان این افراد از کج خلقی‌های غیر قابل پیش‌بینی، حملات، تهمت‌های ناروا، انتقادگری و خشم غیر قابل توجیه درباره بی‌اعتنایی‌های کوچک یا خیالی که از طرف فرد خودشیفته دریافت می‌کنند، احساس فشار و ناراحتی می‌کنند. زندگی با این افراد حس طردشدگی به آدم می‌دهد. معمولاً همسر این افراد اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهند و در مورد رفتارهای خود دچار وسواس می‌شوند. محقق به نام لانسر معتقد است؛ برای این افراد، نزدیکی عاطفی به معنای از دست دادن قدرت و کنترل است. فکر وابسته شدن برای آنها بسیار آزاردهنده است، چرا که این اتفاق، به طور ناخودآگاه، نه تنها انتخاب‌های آنها را محدود کرده و موجب احساس ضعف در آنها می‌شود، بلکه همچنین آنها را در معرض طرد و احساس شرم بیشتر قرار می‌دهد.

«خودشیفته‌های درون‌گرا» نیز یاد می‌شوند. علت اینکه این افراد خجالتی، فروتن یا مضطرب به نظر می‌رسند آن است که آنها فرد دیگری را به صورت آرمانی می‌بینند و تصورات خود او را به حد افراطی بالا می‌برند و روی آن فرد سرمایه‌گذاری عاطفی می‌کنند که این به طور غیر مستقیم موجب خوشحالی و رضایت آنها می‌شود. نوع دیگری از خودشیفتگی هم وجود دارد که بدخیم است و علائم در آن به صورت افراطی و تشدیدتری خود را نشان می‌دهند. خودشیفتگی بدخیم آسیب‌زاترین و متخاصم‌ترین نوع خودشیفتگی است که افراد در آن رفتارهای ضد اجتماعی نشان می‌دهند. این گروه وقتی که احساس کنند مورد تهدید قرار گرفته‌اند یا نمی‌توانند به چیزی که می‌خواهند دست پیدا کنند، بی‌رحم و کینه‌توز می‌شوند.

رابطه و زندگی کردن بایک فرد خودشیفته

نکته عجیبی که در افراد خودشیفته به آن برمی‌خوریم این است که معمولاً شخصیت این افراد در خانه با شخصیتی که در اجتماع دارند، بسیار متفاوت است. زمانی که این افراد یک رابطه عاطفی را شروع می‌کنند، برای محافظت از خود در برابر حساسیت بالا نشان نسبت به تحقیر و شرم، شروع به تقاضاها و انتقادگری از دیگران می‌کنند و انتظار دارند که به خاطر خاص بودن و رفتارهای

نشانه‌های افراد خودشیفته

- ۱) احساس خود بزرگ بینی مانند احساس مهم بودن و اغراق در موفقیت‌ها و استعدادها.
 - ۲) رؤیای قدرت نامحدود، موفقیت، زیبایی و عشق آرمانی.
 - ۳) نیاز بیش از حد به تحسین.
 - ۴) انتظار نامعقول از دیگران
 - ۵) استثمار دیگران برای دستیابی به اهداف خود.
 - ۶) عدم همدلی با دیگران.
 - ۷) حسادت به دیگران یا اعتقاد به حسادت کردن دیگران به او.
 - ۸) رفتارها یا نگرش‌های متکبرانه.
 - ۹) اعتقاد به خاص و منحصر به فرد بودن، و اینکه فقط افراد خاص یا دارای موقعیت بالا می‌توانند او را درک کنند.
- علاوه بر ویژگی‌هایی که ذکر شد، در سال‌های اخیر پژوهشگری به نام ماسترسون، اصطلاحی به نام «خودشیفتگی پنهان» را در برخی از افراد شناسایی کرد. این گروه، افرادی هستند که همراه با احساس افسردگی و پوچی درونی، خود را ناکافی و تهی ادراک می‌کنند. که از آنها به عنوان

• عطیه میرزا امیری

«خودشیفتگی» یکی از آسیب‌های روانی است که ما اغلب از دهان اطرافیان اصطلاحش را شنیده‌ایم و حتی زیاد به کار برده‌ایم. اما در همین ابتدا باید بگویم که برداشتی که ما از این اصطلاح می‌کنیم در بسیاری از موارد درست نیست. اعتماد به نفس کاذب یا خودشیفتگی دو مقوله جدا هستند. کسی که از اعتماد به نفس بیش از حدی برخوردار است در واقع خودش را بیشتر از آن چیزی که هست، می‌بیند و چیزهای زیادی را لایق خود می‌داند. اما بر خلاف تصور عموم، افراد خودشیفته ابداً عاشق خودشان نیستند. برعکس، آنها از خودشان بسیار بیزارند. خودستایی مفرط، کمال‌گرایی و تکبر آنها صرفاً پوششی بر بی‌زاری آنها از خودشان است. در برابر این احساسات، آنها با تحقیر کردن و انتقاد از دیگران، این بی‌زاری از خود را به بیرون فرافکنی می‌کنند. پس باید بدانید افراد خودشیفته اصلاً آن چیزی که در بیرون و برای افراد دیگر تظاهر می‌کنند، نیستند. آنها از درون بسیار شکننده، حساس و کم عمق هستند. علاوه بر این موارد، این افراد چون دچار نوعی کرختی و بی‌حسی درونی عاطفی هستند، ترجیح می‌دهند که دیگران آنها را کامل کنند یا به آنها اعتبار بدهند. متأسفانه خودشیفته‌ها نمی‌توانند از کسانی که نسبت به آنها عشق می‌ورزند قدردانی کنند.

... یافته‌های روانشناسی

ورزش مغزتان را جوان می‌کند



آلزابمر و زوال عقل جزء لاینفک پیری نیستند و نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد حتی کمی ورزش هم می‌تواند به پیشگیری از این مشکلات مغزی کمک کند. محققان دانشگاه بوستون دریافتند هر یک ساعت ورزش سبک در هفته ریسک پیری مغز را حدود یک سال کاهش می‌دهد. برای این مطالعه، تیم تحقیق داده‌های مربوط به بیش از ۲۳۰۰ مرد و

زن با میانگین سنی ۵۳ سال را بررسی کردند. به هر یک از این افراد دستگاهی برای اندازه‌گیری فعالیت فیزیکی‌شان متصل بود. محققان دریافتند به ازای هر یک ساعت اضافی ورزش با شدت سبک، اندازه مغز بزرگ‌تر شده که نشان دهنده حدود یک سال پیری کمتر مغز است. یافته‌ها نشان داد افرادی که ۱۰ هزار گام یا بیشتر در روز قدم برمی‌دارند در مقایسه با افراد دارای گام‌های کمتر از ۵۰۰۰ قدم، حجم مغزشان بزرگ‌تر بود.

طبق گزارش محققان، افراد دارای تحرک فیزیکی بیشتر به احتمال کمتر ابتلاء به انواع مشکلات سلامت نظیر بیماری قلبی، دیابت و برخی سرطان‌ها نیز روبرو هستند. همچنین سبک زندگی سالم می‌تواند توضیح دهنده روند پیری سالم مغز باشد.

... توصیه عاشقانه

راه مخصوص خودتان را پیدا کنید



زندگی مشترک هم مثل هر چیز دیگری در این دنیا نیاز به رسیدگی و هر از گاهی گردگیری و سرو سامان دادن دارد. در زندگی مشترک اگر حواستان به آنچه میان شما و همسرتان می‌گذرد نباشد، ممکن است وقتی چشم باز می‌کنید رابطه‌تان را از دست رفته ببینید. برای گردگیری رابطه لازم نیست کار دشواری انجام دهید. فقط کافیست به رابطه‌تان فکر کنید و آنچه امروز هستید را با آنچه دوست دارید باشید، مقایسه کنید. بعد دنبال راه‌هایی بگردید تا بتوانید رابطه را به نقطه مطلوبتان برسانید. نگویید این رابطه کارکردش را از دست داده، برای هر رابطه‌ای راه نجات هست فقط باید آن را پیدا کنید.

شاید خیلی از راه‌ها را امتحان کرده باشید، اما باید بتوانید راهی را که مختص زندگی خودتان است پیدا کنید؛ راهی که برای خوشحال کردن و به صمیمیت رسیدن با همسرتان جواب بدهد. یادتان باشد تلاش یک طرفه در این مسیر جواب نمی‌دهد و هر دوی شما باید برای بهتر شدن رابطه‌تان تلاش کنید.

● عطیہ میرزا امیری

چند وقت پیش یکی از دوستانم، که دختری پنج ساله دارد به من تلفن کرد. در صدایش استرس زیادی بود که گفت که این استرس بابت این است که دخترش چند روزی است که بعضی از کلمات را به سختی و گاهی با لکنت می گوید. در صورتی که قبلاً چنین چیزی را در او ندیده بود. این یک واقعت است که پدر و مادر در برخورد با اولین مواجهه شان در برابر لکنت کودکشان، نمی توانند نگرانی و استرس خود را پنهان و کنترل کنند. چیزی که من به دوستم گفتم و توانستم تا حدودی استرس او را کنترل کنم را در این مطلب برای شما می نویسم. نکته ای که من به دوستم گفتم و او رعایت کرد باعث شد چند روز بعد از آن مکالمه به من زنگ بزند و با خوشحالی خبر دهد که دیگر در گفتار کودکش لکنتی ندیده است. اولین چیزی که باید در مواجهه با لکنت کودکان بدانیم این است که، زمانی که کودکان نوپا و کودکان سن مدرسه دایره لغات و استفاده از کلامشان بیشتر می شود، روی برخی از کلمات دچار ناروانی می شوند. این ناروانی ها غالباً به صورت تکرار عبارت یا کلمه هستند. نکته ای که اهمیت دارد این است که والدین باید بدانند چه زمانی این ناروانی ها بخش طبیعی از رشد هستند و چه زمانی باید در مورد آن ها نگران بود. که پاسخ این سوال ها در ادامه داده برایتان گفته می شود. اولین سوالی که پیش می آید این است که؛ ناروانی های طبیعی، چه چیزها، هستند؟

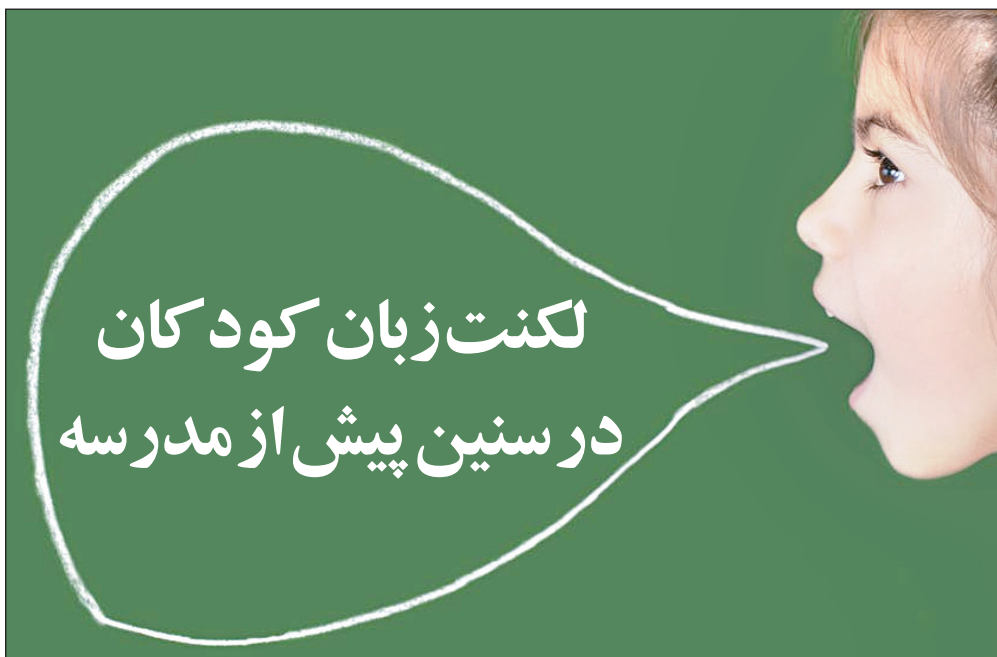
ناروانی گفتاری یا همان لکنت به معنای تکرار یک کلمه یا عبارت در خلال گفتار فرد است. داشتن ناروانی در گفتار در کودکان نوپا غیر معمول نیست. در واقع، حدود ۵ درصد از کودکان احتمال دارد که در سن ۲ و نیم الی ۵ سالگی، ناروانی‌هایی را در گفتار خود نشان دهند. ناروانی گفتاری معمول اغلب بین ۱۸ تا ۲۴ ماهگی آغاز می‌شود و احتمال دارد تا ۵ سالگی کودک بروز و افول داشته باشد. همچنین در این زمان نوسان در میزان ناروانی و حتی رفع شدن و بازگشت مجدد آن طبیعی است. معمولاً ناروانی‌ها در زمانی روی می‌دهند که کودک هیجان زده است، خسته است یا احساس می‌کند که زمان محدودی برای حرف زدن دارد. بد نیست بدانید که در این میان، پسرها بیشتر از دختران دچار ناروانی‌های گفتاری می‌شوند.

چرا کودکان دچار ناروانی می شوند؟

در طول این زمان، کودکان شروع به گسترش خزانه واژگان خود با سرعت زیاد و یادگیری قوانین نحوی پیچیده می‌کنند. این قوانین به کودکان کمک می‌کنند که پیام‌های ساده خود را (مامان! غذا) به جملات طولانی‌تر و پیچیده‌تری تبدیل کنند که قطعاً نیاز به هماهنگی حرکتی بیشتری برای تولید دارند (مامان! من خیلی گرسنه هستم. کی غذا آماده می‌شود؟). طبیعی است که در حین این تغییرات کودکان دچار مشکلاتی در روانی گفتار شوند.

چه زمانی این ناروانی‌ها تبدیل به لکت می‌شوند؟

در بسیاری از مواقع، ناروانی‌ها خودشان بعد از مدت کوتاهی ناپدید می‌شوند اما گاهی در سایر موارد، ناروانی‌ها در گذر فرد باقی می‌مانند و آرام آرام علائم لکنت آشکار می‌شود. بهترین کاری که می‌توان برای کاهش بروز لکنت به والدین و افراد پیشنهاد داد، گرفتن کمک حرفه‌ای از یک گفتار در مان است. اما چگونه والدین می‌توانند بین ناروانی طبیعی



لکنت زبان کودکان در سنین پیش از مدرسه

که خودش برطرف می‌شود و علائم اولیه ناروانی‌های غیر معمول که ممکن است به لکنت تبدیل شوند، تفاوت قائل شوند؟

موارد زیر تفاوت‌های بین علائم ناروانی عادی (کمتر احتمال دارد ادامه یابد) و ناروانی‌های غیر معمول (احتمال بیشتر برای لکنت) را نشان می‌دهد:

ناروانی‌های عادی:

- ۱- تکرار عبارات (من اینجا-من اینجا نمیام) و کل کلمه (پسره - پسره از من گرفت)
- ۲- استفاده از صداها یا کلمات پر کننده در جملات. (تکرار آوای امممم و آه. استفاده زیاد از کلمه مثلاً)
- ۳- عدم وجود تقلا یا انقباض عضلانی در حین حرف زدن.
- ۴- ممکن است صدای کودک حین تکرارها اوج بگیرد (تن صدا بالا برود)

۵- عدم وجود واکنش منفی یا اضطراب

ع۔ عدم وجود سابقہ خانوادگی لکنت

۷- وجود ناروانی برای کمتر از ۶ ماه

ناروانی‌های غیر معمول:

[illegible]

۱۴۔ سابقہ خانوادگی، لکنت۔

۱۵- وجود ناروانی برای بیشتر از ۶ ماه.

دلیل، لکنت زبان، چیست؟

(۱) سابقہ فامیلی:

هنوز در مورد ژنتیکی بودن لکنت زبان اختلاف نظرهایی وجود دارد و نمی‌توان به صورت حتمی گفت که لکنت زبان ژنتیکی است. زیرا ژن‌های خاصی مرتبط با آن شناسایی نشده است. اما نزدیک به ۶۰ درصد افرادی که لکنت دارند، خویشاوندان‌شان نیز دچار لکنت زبان بوده‌اند یا هستند.

(۲) رشد کودک:

کودکانی که درگیر دیگر مشکلات زبان یا گفتار هستند، بیشتر از سایر کودکان به لکت دچار می‌شوند.

(۳) فیزیولوژی اعصاب:

در برخی کودکان دچار لکنت، برخلاف کودکان فاقد لکنت، زبان در نواحی متفاوتی از مغز پردازش می‌شود. این مسئله علاوه بر این می‌تواند در برهم‌کنش بین مغز و ماهیچه‌هایی که حرف زدن را کنترل می‌کنند تداخل ایجاد کند.

(۴) سبک زندگی خانوادگی:

لکنت برخی از کودکان به انتظارات بالای خانواده و سبک زندگی پرشتاب نسبت داده می‌شود. پیش از این، باور عمومی بر این بوده است که لکنت حاصل شوک روانی یا جسمانی است. اگرچه، نمونه‌هایی از بروز لکنت در پی شوک‌های این‌چنینی وجود دارد، آنها اغلب نادر هستند و معمولاً مرتبط به شوک‌های جسمانی یا بیماری‌های سنین بالاترند. شواهد اندکی در تأیید این نظر وجود دارد که کودکان در اثر آشوب‌های عاطفی دچار لکنت می‌شوند.

... اشتباهات رایج

عذرخواهی
بدون پشیمانی ممنوع



اگر جزو والدینی هستی که فرزندتان را هنگام مرتکب شدن اشتباه مجبور به عذرخواهی می‌کنید بهتر است در روش تربیتی‌تان تجدید نظر کنید. شما احتمالاً این کار را با هدف آموزش عذرخواهی به کودک انجام می‌دهید اما عذرخواهی کردن در کودکی که احساس بی‌شمار، ندارد، تغییری ایجاد نمی‌کند.

ممکن است کودکانی که وادار به عذرخواهی می‌شوند، تنها برای اجتناب از پیشامدهای بعدی این کار را انجام دهند. خیلی مهم است که بچه‌ها متوجه شوند که رفتار آنها افراد دیگر را اذیت می‌کند و به عذرخواهی تنها مشکل حل نمی‌شود. به جای اینکه به او بگویید معذرت‌خواهی کند، به او نشان دهید که چگونه و چه زمانی باید این کار را انجام دهد. مثلاً در بازی با کودک، شیوه عذرخواهی را به او بیاموزید یا به او بگویید که معذرت‌خواهی کردن به این معنی است که «من سعی کنم این کار را دوباره تکرار نکنم چون دوست ندارم ناراحت کنم». به کودک تان کمک کنید احساس پشیمانی خود را فراتر از کلمات بیان کند. برای مثال اگر اسباب بازی برادرش را شکسته است، اجازه دهید از پول توجیبی خودش برای او اسباب بازی جدیدی بخرد.

... بچہ ہا و یافتہ ہا

تنبیه بدنی کودکان و مشکلات روحی در بزرگسالی



نتیجه یک پژوهش فراتحلیلی بر روی ۱۶۰ هزار کودک نشان می‌دهد تنبیه بدنی کودکان نه تنها تأثیر مثبتی در تربیت آن‌ها ندارد بلکه منجر به بروز بیماری‌های روحی و رفتار ضد اجتماعی در بزرگسالی آن‌ها می‌شود. این پژوهش که در طول ۵۰ سال در دو دانشگاه تگزاس و میشیگان، در آمریکا انجام شد،

نشان داده است که تنبیه بدنی کودکان علاوه بر بیماری‌های روحی، موجب مشکلات شناختی و افزایش پرخاشگری نیز می‌شود. محققان می‌گویند بر اثر تنبیه بدنی پدر و مادر، ۱۳ پیامد منفی در کودک ایجاد می‌شود که تا بزرگسالی همراه وی باقی می‌مانند. ششونت، رفتار ضد اجتماعی، اختلال‌های برونی‌سازی، اختلال‌های درونی‌سازی، مشکلات روحی و روانی، ارتباط منفی با والدین، اختلال در درونی‌سازی ارزش‌های اخلاقی، توانایی‌های شناختی پایین‌تر و کمبود اعتماد به نفس از جمله مواردی هستند که به واسطهٔ تنبیه بدنی کودکان، در بزرگسالی آن‌ها بروز پیدا می‌کنند. تحقیقات صندوق کودکان سازمان ملل متحد (یونیسف) نشان می‌دهد که حدود ۸۰ درصد کودکان در سراسر جهان به انواع مختلف تنبیه بدنی می‌شوند.

امروز در تاریخ

هشدار درباره فساد دولتی

پایک ساسانی پدر اردشیر از بزرگان استخر در ۱۱ ماه می سال ۲۰۹ میلادی در اجتماع آتشکده آناهیتا در سخرانی خود ادامه فساد دولتی را برای ایران بسیار زیان آور اعلام داشت و گفت که ما به‌زیر سر سقردت میان دو پدر (دو شاهزاده اشکانی) اردوان و بابشهر سرانجام ایران را که میراث نیکان و از جان‌گذشتگی ها است بر باد خواهد داد و خواست که برای حفظ وطن راه حل فوری پیدا شود که اجتماع یک زبان او را به رهبری انتخاب کرد که از این روز شاه پارس عنوان گرفت. وی قبلاً رئیس معبد آناهیتا بود. ایالت پارس وقت شامل فارس امروز و مناطق کوهستانی شمال غربی آن - یاسوج امروز، بندار و جزایر، کرمان، اصفهان، مکران و سیستان بود.

درگذشت غازان خان مغول

غازان خان - ایلخان مغول که ۹ سال بر ایران حکومت کرد یازدهم می سال ۱۲۰۲ میلادی در ۳۳ سالگی در نزدیکی قزوین در گذشت و در شب غازان در تبریز در گوری که از پیش برای خود ساخته بود و در عمارت و گنبدی بلند و مستحکم دارد، مدفون شد. غازان پسر اسراغون خان، با این که مادرش مسیحی و پدرش بودایی بود پس مسلمان شده و نام محمّد بر خود نهاده بود.

اعتراض دکترا مصدق

دکتر تجدید نظر نظامی تهران ۱۲۹۱ در پیبهشت سال ۱۳۳۳ محقق که همچنان خود را نخست وزیر قانونی ایران و دولت وقت را رژیم کودتا و دست نشانده خارجی معرفی می کرد به سه سال زندان محکوم کرد. دکتر مصدق که از آغاز همین محاکمه را خلاف قانون و صالح اعلام داشته بود و گفته بود که جای محاکمه اعضای کابینه دیوان عالی کشور است؛ نه محاکمه نظامی به حکم محاکمه تجدید نظر بنی استوار است.

اعدام خسرو روزه

۲۱ اردیبهشت سال ۱۳۳۷ به حکم محکمه نظامی و تأییدشاه، «خسرو روزبه» سرگرد کمونیست و از اعجوبه های تاریخ معاصر ایران اعدام شد. پس از انقلاب کویا و گزارش کارهای دکتر چه گوارا آژانسیتی، نویسندگان «خسرو روزبه» را به دلیل شباهت مبارزات، چه گوارا ایرانی نوشته اند. روزبه در تیرماه ۱۳۳۶ و سالها پس از فرار و ادامه فعالیت به صورت زیر زمینی، در خانه ای در خیابان سیروس جنوبی به نام مأموران افتاده بود. با وجود این، دست به فرار زده بود ولی در جریان فرار، هنگام بالا رفتن از تیر برق خیابان هدف گلوله قرار گرفته، مجروح و دستگیر شده و مدت ها در بیمارستان پستان و دندان در زندان بود.

کشور فادیمی و همیشه مستقل «سیام» واقع در منطقه جغرافیایی «هندوچین» ۱۱ ماه می سال ۱۹۴۹ باردیگر به «تایلند» تجدید نام داد.

www.iranianshistoryonthistoday.com

قاب امروز



زنان ایل قشقای در فیروز آباد فارس / عکس از: امین برنجکار

سرایه

ای صبا همنفس مشک تتر آمده‌ای
می‌توان یافت که از جانب یار آمده‌ای
ساقیا فصل بهار است بده باده ناب
که تر و تازه چو گل‌های بهار آمده‌ای
عاشق اصفهانی

بزرگان

کسی که عزمی راسخ دارد، جهان را هم مطابق میل خویش عوض می کند.

گونه

شیرینی یک بار پیروزی به تلخی صد بار شکست می ارزد.

سقراط

چهل سال پیش در همین روز

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۲۰ اردیبهشت ماه ۱۳۵۸ (برابر با ۱۳ جمادی الثانی ۱۳۹۹، ۱۰ مه ۱۹۷۹) نقل شده است.

امام: امپریالیسم آمریکایزرگترین خطر است

امام خمینی در مصاحبه‌ای با مفسر روزنامه لوموند گفت: عمل آمریکا در جریان ترورها خود را پشت سازمان مذهبی دروغین فرقان پنهان کرده‌اند و پس از دستگیری معلوم شد که از قرآن هیچ نمی‌دانند.

امام خمینی در مصاحبه با «اریک رولو» مفسر روزنامه لوموند که در شماره روز گذشته این نشریه انتشار یافت، نکاتی درباره اوضاع اقتصادی، سیاسی و پیروزی ملت ایران بیان داشتند.

خبرگزاری فرانسه که این خبر را بقل از روزنامه لوموند انتشار داد می نویسد: آیت الله خمینی رهبر مذهبی ایران آمریکار
متهم کرد که سعی دارد به انقلاب ایران را لطمه وارد کند و امپریالیسم
آمریکای زنگرت بن خطر برای ایران محسوب می شود.

پیشنهادی آیت الله طالقانی برای شوراهای محلی

امروز دفتر حضرت آیت الله طالقانی طرح «قانون شوراهای محلی» را که توسط ۶ نفر از برگزیدگان حضرت آیت الله تهیه گردیده منتشر کرد.

دفتر حضرت آیت الله طالقانی درخواست کرده است که این طرح پس از درج در روزنامه از طرف صاحبان افکار و عقاید صاحب صلاحیت تکمیل، تأیید و مورد پشتیبانی قرار گیرد و ضمناً علاقمندان هر نوع پیشنهاد اصلاحی داشته باشند به دفتر آیت الله (پیچ شمیران - کوی تنکابن) با ذکر عبارت «مربوط به شوراه» در پشت پاکت از سال دارند.

متن قانون اساسی، ۲ هفته دیگر منتشر میشود

امروز دکتر ریالده سحابی وزیر مشاور و طرح‌های انقلاب دولت موقت جمهوری اسلامی ایران اعلام کرد که تا دو هفته آینده متن کامل شده قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران برای نظرخواهی اعلام میشود و درخواست میشود تا در طول دو هفته عموم هموطنان نظریات خود را به شورایایی که در سازمان نخست‌وزیری تشکیل میشود ارسال دارند. وی همچنین در این جلسه اعلام داشت که متن قانون اساسی پس از تصویب هیأت دولته در اوایل تیر به مجلس موسسان که انشاءالله در اوایل تیر ماه تشکیل می‌شود داده خواهد شد.

اسامی، ۱۲ خیابان و میدان تهر ان تغییر کرد

شورای نامگذاری شهرداری تهران تغییر نام چند خیابان و میدان را به شرح زیر اعلام کرد:

خیابان تخت طاووس (استاد مطهری)،
خیابان روزولت (مبارزان)، خیابان میکده منشعب
از بلوار کشورز (دهکده)، خیابان شاه عباس از شمال بلوار
کرمیخان زند (خیابان قائم مقام فرحانی)، میدان محمدتره شاه
درویش (درویش آباد (سید جمال الدین اسدآبادی)، خیابان کلاسی و واقع
در خیابان سید جمال الدین اسدآبادی (میدان سید جمال الدین
اسدآبادی)، خیابان شاه واقع در انتهای خیابان مولوی (میدان
خلق)، میدان ۲۸ مرداد در مخبر الدوله (میدان استقلال) بزرگراه
داریوش یا چهل و پنج متری سید خندان و بزرگراه سپهد
فریوسر تراسر (بزرگراه رسالت)، میدان فرح واقع در بزرگراه
رسالت (میدان رسالت)، پارک و لویعه تقاطع خیابان های مصطفی
و انقلاب (پارک دانشجو).

پیام تسلیت قذا فی به امام

سرہنگ معمر قذافی رہبر لیبی بمناسبت شہادت آیت اللہ مرتضیٰ مطہری تلگرام تسلیتی بہ حضور رہبر انقلاب اسلامی ایران امام خمینہ مخابرہ کرد۔

متن تلگرام باین شرح است:
باندوده فراوان اطلاع یافتیم که برادر مجاهد آیت الله مری تقی
مطهری که دوشادوش شما وظایف مقدس خود را در تحقق
بخشیدن به آرمان ها و هدف های انقلاب اسلامی ملت برادر ایران
انجام میداد و سبیل دست های جنایتکار شهادت رسید...

ملت ایران حتی اگر از بعضی از فرزندان خود را از دست دهد قادر است انقلاب خود را به رهبری شما به پیروزی برساند و هرگز با شکست مواجه نخواهد شد.

۵۰ بیہایے مسلمان شدند

ياسوح خبر گزاری پارس سيدنبال در گيري ها و اختلافاتي كه در روستاي «پتا» پيش آمد، كميته‌اي م‌ك‌ب از ريش سفيديان و معتمدان محل براي حفظ روستا تشكيل شد. همچنين به بهائيان منطقه توصيه شد كه با توجه به شناختي كه نسبت به اسلام پيدا كرده‌اند مي‌توانند براي مسلمان شدن به كميته م‌اجعه كنند. تاكنون ن‌نجاهام مسلمان شده‌اند.

«هما» امسال ضرر میدهد

سرپرست سازمان هواپیمایی ملی ایران و چند تن از مسئولان این سازمان در یک گفتگوی مطبوعاتی در زمینه تأیید سلامت پروازهای «هما» از سوی شرکت‌های بین‌المللی بیمه، مذاکره در زمینه خرید هواپیماهای «ایرباس - پهن پیکر» تعطیل فداतर نمایندگی غیغید و غیغید فترتقاصدر در کشورهای خارجی، استقبال کارکنان هما از سیاست صرفه‌جویی در این سازمان، اطلاعاتی در اختیار خبرنگاران قرار دادند. در آغاز این گفتگو هوشنگ تاحد، سرپرست «هما» در زمینه چگونگی وضعیت قرارداد خرید هواپیماهای پهن پیکر اتوبوس هوایی («ایرباس») گفت: اصل این قراردادها همچنان پابر جاست و تنها تغییرات آن در زمینه تعداد هواپیما و موعداهای تحویل است که من موعدا به مدت یک عدد موکول شده‌است.

سودو کو

		५				१		
	५	६		३				७
१				५				
		३	७			८	१	
	१		५		५		६	
	६	५			८	५		
				७				१
३				५		५	७	
		८				३		

۴	۲	۳	۱	۶	۷	۵	۸	۹
۵	۸	۹	۴	۲	۳	۱	۶	۷
۱	۶	۷	۵	۸	۹	۴	۲	۳
۳	۴	۲	۷	۹	۱	۶	۵	۸
۶	۱	۵	۳	۴	۸	۷	۹	۲
۷	۹	۸	۲	۵	۶	۳	۴	۱
۸	۳	۴	۶	۷	۲	۹	۱	۵
۲	۵	۱	۹	۳	۴	۸	۷	۶
۹	۷	۶	۸	۱	۵	۲	۳	۴

حل ۲۴۵۹

جدول شرح در متن

[illegible]